

సద్గుణతీ రహస్యాలు

(మండలిని రహస్య సహితము)



సప్తశతీ రహస్యాలు

(కుండలినీ రహస్య సహితము)



రచన, సంకలనము :

G. V. L. N. విద్యాసాగరశర్మ, M.A.,

(రిటైర్డ్ ప్రభుత్వ డిగ్రీకళాశాల, ప్రిన్సిపాల్)

Acc. No-27508

Handwritten signature or initials, possibly 'V/LN'.

ముద్రణకర్త :

నోరి రాజగోపాలశాస్త్రి (U.S.A.)

సర్వస్వామ్య సంకలితము
ప్రథమ ముద్రణ
ప్రతులు : 1000

అవిష్కరణ :

1994 మార్చి 5

(శ్రీ విశ్వయోగి విశ్వంజీ జయంతి)

ప్రాప్తిస్థానం :

1. విశ్వమందిరం

3వ లై ను, కృష్ణనగర్

గుంటూరు-6.

2. G.V.K.S. సాయిచ త్త

S/o G.V.L.N. విద్యా సాగరశర్మ

5వ లై ను, A.T. అగ్రహారం.

గుంటూరు-4.

వెల : 10 రూపాయలు

ముద్రణ :

శ్రీ లక్ష్మీగణపతి ప్రింటర్స్

2/4, ఆరండల్ పేట,

గుంటూరు-2.

ఓం శ్రీసాయిరామ్ గురుదేవదత్త

విశ్వసందేశము

అన్ని జన్మలలోకి మానవజన్మ ఉత్తమమైనది. మానవజన్మ లభించుటయే దుర్లభము. అదృష్టవశముగా దివ్యవరముగా లభించిన మానవజన్మను మానవుడు సద్వినియోగము చేసికొనుటకు సక్రమముగా యత్నించవలెను. మునుముందుగా మనిషిగా నిలిచి, మనీషిగా మారి, మహాత్మునిగా, మహాశక్తిస్వరూపునిగా, సాక్షాత్తు మహేశ్వరునిగా దివ్యపథముపై పయనించాలి!

పరిపూర్ణ మానవత్వమే దివ్యత్వము. సనాతన ధర్మం మానవుని పరిపూర్ణ మానవునిగా తీర్చిదిద్దటానికి దోహదపడే మార్గం. ఇది ఒక ప్రాంతమునకో, మతమునకో సంబంధించినది కాదు. యావత్ మానవజాతికి, యావత్ మానవ కళ్యాణమునకు, యావత్ మానవజాతిసమైక్యమునకు మన సనాతన ధర్మం ఎంతయో అవసరము, ఆచరణీయము అయి ఉన్నది.

‘వసుధైక కుటుంబము’ అని చాటి చెప్పినది సనాతన ధర్మం. ‘ఈశ్వరస్సర్వభూతానాం’ అని ఎలుగెత్తి చెప్పినది సనాతన ధర్మం. ‘ఏకం సత్, విప్రాః బహుధా వదంతి’ అని చెప్పినది సనాతనధర్మం. ‘మాతృదేవోభవ, పితృదేవోభవ, ఆచార్యదేవోభవ, అతిథిదేవోభవ’ అని మనిషి మనిషికి సందేశమిచ్చింది సనాతన ధర్మం. మనిషిని సంస్కరించి, కుటుంబవ్యవస్థను చక్కదిద్ది, గృహమును ప్రశాంతి నిలబెట్టి

ముగా మార్చి, తద్వారా యావత్ మానవ సమాజమును ఒక స్వర్గ ధామంగా, ఒక కలియుగవైకుంఠంగా, ఒక ఆనంద నిలయముగా మార్చటానికి మార్గ దర్శకమయింది. సనాతన ధర్మం.

అట్టి సనాతనధర్మాన్ని విస్మరించి, వ్యక్తిని విస్మరించి, కుటుంబమును విస్మరించి, సమాజమును బాగుచేయాలని ప్రణాళికలు వేస్తున్నాము. కాబట్టి అన్నిటిలోను అపజయమును రుచిచూచి, ఇప్పుడు యావత్ ప్రపంచాన్ని ఒక అగ్ని గుండంగా, ఒక అశాంతి నిలయంగా దిగజార్చటానికి, నాగరికత పేర, విశ్వంఖిల స్వతంత్రత పేర, మితిమీరిన తెలివి తేటల పేర సహాయపడుతున్నాము. ఇది విచారించతగ్గ విషయం.

మొట్టమొదటిసారిగా మనిషి సంస్కరించబడాలి. కుటుంబము సంస్కరించబడాలి. తరువాత సమాజము దాని కోడే సంస్కరించబడుతుంది. సంస్కారముగల వ్యక్తులతో విరాజిల్లే కుటుంబములను, గృహములను కలిగిన సమాజము ప్రశాంత పరిమళములను విరజిమ్ముతూ ప్రకాశవంతముగా నెలుగొందుతుంది. విశ్వమానవ సమైక్యముతో సుసంఘటితంగా జీవిస్తూ విశ్వమానవ కళ్యాణాన్ని రుచిచూస్తుంది. ఇదే! ఇదే! ముక్కోటి దేవతల దివ్యసంకల్పం. ఇదే! ఇదే! సమస్త యోగుల, అవతారమూర్తుల, సిద్ధపురుషుల, మత ప్రవక్తల సంకల్పము. ఇదే! ఇదే! సమస్త మానవజాతియొక్క ఆశ, ఆకాంక్ష, ఆశయం, లక్ష్యం.

విశ్వమందిరం,

కృష్ణనగర్, గుంటూరు-9

దివ్య ఆశీస్సులతో

విశ్వయోగి విశ్వంజీ.

స మ ర్పణ

సత్యం జ్ఞాన మనంతంగా
సత్యం శివం సుందరంగా
సచ్చిదానంద స్వరూపంగా
త్రిమూర్త్యాత్మకంగా
చిచ్ఛక్తిమయంగా
విరాజిల్లుతున్న

శ్రీశ్రీశ్రీ విశ్వయోగి విశ్వంజీ మహారాజ్ గారి

50వ జన్మదిన సువర్ణోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని

ఆ సమర్థ సద్గురువుకు

ఈ గ్రంథాన్ని భక్తిప్రపత్తులతో

సమర్పిస్తున్నాను.

—నోరి రాజగోపాలశాస్త్రి.



పుష్పాంజలి

—००००००—

నీదు దొడ్డు నుండె నిఖిలమూ విశ్వమ్ము
విశ్వమందొన వెలయు దీవు !
విశ్వమునకు నీకు భేదమ్ము లేదయ్య !
విశ్వయోగివర్య ! వినతులయ్య !

అత్రితపంబు మెచ్చుకొని అమ్మనినాథున కీవు దత్తమై
పుత్రుడ వై తివంట ! - జిగిబుగ్గల ముద్దులు మూటగట్టు నీ
చిత్రవిచిత్ర శైశవ విచేష్టితముల్ కనుగొంచు నెల్లరున్
చిత్రము లట్లు నిల్చిరట ! చేతులు మోడ్చుచు నాడు భక్తిమై !

ఉయ్యెలందున నిన్ను బిడ్డండ బెట్టి
అమ్మ లాలిపాటలు పాడు నవసరమున,
కొంటె నవ్వుతో కేరింత గొట్టు నిన్ను
గాంచి ప్రకృతి యెంత పరవశించినదియో !!

అపుడు ధర్మ రక్షణకుగా నవతరించి
దత్తమైనావు నీ వత్రి దంపతులకు;
నవ సమాజ నిర్మాణమ్ము నవధరించి

!

— అర్చనార్చనముగ కన్నో నెంచి ఆ శ్రీయుతుల్
వరలక్ష్మమ్మయు నాంజనేయులును సంభావించ తొల్ బామునన్
కర మర్పిన్ తప మెంత సల్పిరా? జగత్కల్యాణకాంక్షన్ వసుం
ధరపై క్రమ్మర నుద్భవించితివి - దత్తాత్రేయ దీవ్యాంశతో !

అదిని శ్రీపితాపురమునందు జనించి యశమ్ము గొన్న శ్రీ
పాదులుగా - పదంపడి భవాల నృసింహ సరస్వతీ యతీం
ద్రాదులుగా - అనేక అవతారము లెత్తిన దత్తమూర్తి వీ
వౌదని తేలిపోయె; ఇక ఆపుము ! దాగుడుమూత లో ప్రభూ !!

ఎందరు లేరు యోగులు, మునీశ్వరు లీ జగమందు ? వా
రందరు ముక్కు మూసికొని, ఆ పరమాత్మను స్వార్థబుద్ధితో
పొందగ - సర్వమున్ వదలి పోవగ - నెంతురెగాని, నీవలెన్
పొందిన శక్తి యుక్తులను భూతహితమ్ముగ పెచ్చ నెంతురే ??

ప్రియమున్ శ్రేయము గల్గ నిచ్చితివి “ఓం శ్రీసాయిరాం” మంత్రమున్
దయ తోడన్ “గురు దేవదత్త” ననుసంధానించి భక్తాశికిన్;
నియమం బూని జపించు వారలకు శాంతించెన్ మనకోభముల్;
భయముల్ వీడెను; నీవు కల్గ గురుదేవా ! లోటు వాటిల్లునే ?

“దేహమే పరికింప దేవాలయ” ప్పును

వేదవాణిని వినిపించినావు;

“దయగల హృదయమే దైవపీఠ” ము టన్న

భక్తి సూత్రము పట్టు బట్టినావు;

“జగతి నంతట నిండు శక్తియే వ్యక్తిలో

నిలువెల్ల కల” దని తెలిపినావు;

“అదుపు - పొదుపు” రెంటి అవసరాలను చాటి

గృహ సంస్కరణము కాంక్షించినావు;

“జగము, బ్రహ్మము” రెండును సత్య మనుచు,
 “భౌతికమును కాదన వల” దటంచు,
 మనిషిని “మనీషి”గా దీడ్చు మహిత కార్య
 దీక్ష గొన్నావు — శీర్ష గురుదేవ ! - నీవు !!

బ్రహ్మ విష్ణు శివస్వరూపంబు నీవు !
 సరమ నిర్గుణ శుద్ధ తత్త్వంబు నీవు !
 సర్వ జగముల నేలు చిచ్ఛక్తి వీవు !
 “విశ్వద త్త”వు నీవు ! మా వెలుగు నీవు !!

జపములు, తపములు నలుప నక్కరలేదు
 నిన్నెడంద తలంచుకొన్న చాలు -
 పుణ్యతీర్థాలలో మునుగ నక్కరలేదు
 నీ పదాంబుజము లందినను చాలు -
 శాస్త్రము లేవియు చదువ నక్కరలేదు
 నీ కుభాశీస్సు లందినను చాలు -
 వేలుపు తరువును వేడ నక్కర లేదు
 నీ మోవి నాలుకు వెన్నెలలు చాలు -

అలయ నక్కరలేదు భయమ్ము నొరసి
 గురువరా ! నీవు మము కనుగొన్న చాలు -
 నీదు సన్నిధి మాకు పెన్నిధి గదయ్య !
 అందుకోవయ్య ! హృదయ పుష్పాంజలులను !!

— విద్యాసాగరశర్మ.



శ్రీ వోరి రాజగోపాలశాస్త్రి

వారి శ్రీమతి మిరియూంబ కుమారుడు చి. వెంకట రమణ

ముందు మాట

ఇప్పటికి పదిహేను సంవత్సరాలక్రితం నేను వరంగల్లో పనిచేస్తున్నప్పుడు, అప్తమిత్రుడు చిరంజీవి శ్రీమల్లాది సుదర్శనశర్మ సప్తశతి గ్రంథానికి తాను వ్రాసిన వ్యాఖ్యానసహితమైన సుదీర్ఘ వ్యాసమొకటి పోస్టులో పంపిస్తూ, దాన్ని చదివి సరిజేయమని ఆభ్యర్థించాడు. ఏదో సప్తశతిని చదివానేగాని విమర్శనా దృష్టితో అప్పటివరకూ దాన్ని చదువలేదు. శ్రీసుదర్శనశర్మ వ్రాసిన వ్యాసంలో కొన్ని ముఖ్యవిషయాలు వేరే పుస్తకంలో వ్రాసి పెట్టుకొని, లైబ్రరీకి పోయి సప్తశతి వ్యాఖ్యాన గ్రంథాలు పరిశీలిస్తూ, కొన్ని పాయింట్స్ నోటుచేసుకొంటూ ఉండేవాణ్ణి. అట్లా చదువుతుంటే కొన్ని రహస్యాలు అవగతం కావటం మొదలుపెట్టాయి. ఆ తర్వాత కొద్ది రోజుల్లో నాకు ట్రాన్స్ ఫర్ రావటం, వేరేచోటికి మారటం జరిగింది. ఈ బదిలీలో మా సుదర్శనశర్మ పంపించిన పుస్తకం ఎక్కడో పడిపోయింది. కనిపించలేదు. సుదర్శనశర్మ ఒకటి రెండుసార్లు హైదరాబాదులో కలిసినా ఆ పుస్తకం సంగతి నాదగ్గర ఎత్తేవాడు కాదు. నేను ఆ పుస్తకం పోయిన సంగతి అతనితో చెప్పేవాణ్ణి కాదు. చాలా సంవత్సరాలు ఇట్లా గడచిపోయాయి. నేను రిటైర్మెంట్ ఇంటికి వచ్చాను.

ఇటీవల ఒకసారి పూజ్యశ్రీ విఠల్ బాబాగారు (విజయవాడ) తమ “శ్రీగురుచరణము” మాస పత్రికకు వ్యాసాలేమైనా ఉంటే పంపించమని అడిగితే-లోగడ నేను సేకరించి పెట్టుకొన్న ముఖ్య విషయాలకు మరికొన్ని జోడించి, “సప్తశతి-ఒకపరిశీలన” అనే

పేరుతో ఒక సుదీర్ఘవ్యాసం వ్రాసి పంపించాను. ఆ వ్యాసం నాల్గు నెలలు ధారావాహికంగా ఆ పత్రికలో ప్రచురించబడింది. చాలా మంది బాగున్నదని దాన్ని మెచ్చుకున్నారుగూడా. ఇప్పుడావ్యాసం మరికొన్ని సవరణలతో, కొన్ని ముఖ్య స్తోత్రాలతో, అప్పుడెప్పుడో నేను జడ్చర్లలో ఉన్నప్పుడు (1965) శ్రీభాస్కరానంద సరస్వతీ స్వామివారి ద్వారా ఉపదేశంపొందిన విలక్షణమైన, గుహ్యతీ గుహ్యమైన మంత్రాన్ని, “కుండలినీయోగరహస్యం” అనే పేర రూపొందించిన వ్యాసం అనుబంధంగాచేసి, పుస్తకరూపంగా ఇట్లా వెలువరించటం జరిగింది.

ఈ గ్రంథంలోని విషయాలేవీ నా స్వంతంగావు. నాకు తెలిసిన విశేషాంశాలను లోకానికి తెలియచేయాలన్న ఉత్సాహంతో, ఈ గ్రంథరూపంగా ఇట్లా ప్రకటించటం జరిగింది. ఏవైనా ఇందులో ప్రత్యేకించి ప్రశంసింపదగిన అంశాలుంటే-అవి ప్రకటించినగౌరవం మాసుదర్శనశర్మకూ, శ్రీభాస్కరానంద సరస్వతీస్వామివారికీ దక్కుతుందని విన్నవిస్తున్నాను. వాళ్ళు వెల్లడించిన విషయాలు అక్షరబద్ధంచేసి, వివరణాత్మకంగా లోకానికి వెల్లడించటమే నేను చేసిన పని. అమూల్యమైన, అతిరహస్యమైన, అపూర్వమైన విషయాలు మరుగునపడిఉంటే ప్రయోజనం ఉండదనీ, లోకానికి తెలిస్తే-లోకహితం జరుగుతుందనీ బావించి ఇట్లా చేశానని సవినయంగా మనవి కిస్తున్నాను.

ఈ గ్రంథాన్ని అమెరికాలో స్థిరనివాసంచేసుకొని ఉంటున్న మా చి|| నోరి రాజగోపాలశాస్త్రి ముద్రణాభారాన్నివహించి, ప్రకటించి లోకానికి అందిస్తున్నాడు. లోగడ నేను వ్రాసిన “శ్రీవిశ్వ

గురుచరిత్ర”, “శ్రీవాసుదేవానందస్వామివారి జీవితచరిత్ర”నే గాక, పూలమ్మగా ప్రసిద్ధికెక్కిన శ్రీమతి చుండూరు కామేశ్వరమ్మగారి జీవిత చరిత్రనుగూడా అచ్చువేయించిన సహృదయుడు ఆయన! ఆయన తల్లిగారైన శ్రీమతి వెంకటేశమ్మ, చమళ్ళమూడి గ్రామ మునసబుగారుగా ప్రసిద్ధిచెందిన మారాచకొండవెంకటవీరరాఘవయ్య మామయ్యగారి పెద్దకూతురు. మా తమ్ముడు ఓ॥ విశ్వనాథశాస్త్రి, (ఇప్పటి శ్రీశ్రీశ్రీ విశ్వయోగి విశ్వంజీ సద్గురు మహారాజ్) పారాడే పసిపిల్లవాడై ఉన్నప్పుడు ఎత్తుకొని, లాలించి, వాత్సల్యం వర్షించిన ప్రేమమూర్తి. ఆ మాతృమూర్తి తనయుడైన చి॥ రాజగోపాల్ తల్లిగారినుండి ప్రేమ వాత్సల్యాలు పుణికిపుచ్చుకొని, పరదేశంలో ఉన్నా స్వధర్మం మరువని సంస్కారవంతుడుకావటం ఒక విశేషం.

గత సంవత్సరం శ్రీవిశ్వయోగివిశ్వంజీ 49వ జన్మదినోత్సవం నాడు నేను వ్రాసిన రెండు పుస్తకాలను ఆయన శ్రీవిశ్వయోగికి సమర్పించాడు. ఇప్పుడు ఈ 50వ జన్మదినోత్సవంలో ఈ గ్రంథాన్ని సమర్పించబోతున్నాడు. ఇది ఆ స్వామిపై ఆయనకున్న ఆరాధనాభావానికి పరమనిదర్శనం. ఇంతటి భక్తి శ్రద్ధలు కలవాడు కావటంవల్లనే చి॥ రాజగోపాల్ శ్రీవిశ్వయోగి అనుగ్రహానికి ఇంతగా పాత్రుడుకావటం సంభవించింది. ఇది నా కత్యంతం ప్రహర్షణీయమైన విషయం.

ఈ గ్రంథం ఒక్క శాస్త్రేయులకే గాక అస్తికు లందరికీ అభిమానపాత్రమై, సమాదరణీయం కాగలదని ఆశిస్తున్నాను. అస్తు!

ధ న్యో స్మి

పూలమ్మగా ప్రసిద్ధికెక్కిన శ్రీమతిచుండూరు కామేశ్వరమ్మగారి అనుగ్రహ విశేషంవల్ల దత్తాంశ సంభూతులైన శ్రీశ్రీశ్రీ విశ్వయోగి విశ్వంజీగారి పరిచయము నాకు లభించినది. పూర్వాశ్రమములో ఆయనగారిది మా మాతామహుల గ్రామమైన చమళ్ళమూడి అనీ, ఆయన చిన్నతనాన మా అమ్మగారు ఆయన్ను ఎత్తుకొని లాలించెడిదనీ తెలిసిన తరువాత పరమానందము కలిగినది. క్రమక్రమముగా ఆయన సామర్థ్యమునెరిగి ఆత్మార్పణ కావించుకొంటానీ. ఆ తరువాత శ్రీవిద్యాసాగరశర్మగారికో పరిచయము లభించినది. శ్రీశర్మగారు, వారి కుటుంబము నాపై చూపించు ప్రేమ, వారికి నన్ను మరింత సన్నిహితుణ్ణి చేసింది.

నా పూర్వజన్మ సుకృతంవల్ల శ్రీవిద్యాసాగరశర్మగారు రచించిన “శ్రీవిశ్వగురుచరిత్ర” “శ్రీభానుదేవానందస్వామివారి జీవిత చరిత్ర” అచ్చువేయించెడి మహాభాగ్యము కలిగినది. ఇదంతయు దత్తస్వరూపులైన శ్రీ విశ్వయోగి విశ్వంజీవారు నాపై చూపించెడి అనుగ్రహఫలిత మని భావిస్తున్నాను.

శ్రీవిశ్వయోగి విశ్వంజీగారి 50వ జన్మదినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని “సప్తశతీరహస్యాలు” చిచ్ఛక్తిస్వరూపులైన ఆ స్వామి వారికి నమర్పించుకొను సదవకాశము నాకు లభించినది. నా జన్మ ధన్యమైనది. ఇట్లే సదా ఆ దత్తమూర్తి నన్నూ, నా కుటుంబాన్ని కంటికిరెప్పలా కనిపెట్టి చూచుచుండవలసినదిగా హృదయపూర్వకముగా ప్రార్థిస్తున్నాను.

ఓం శ్రీసాయిరాం గురుదేవదత్త

అ మె రి కా

25—2—94

— నోరి రాజగోపాలశాస్త్రి

ఓం శ్రీ సాయిరాం గురుదేవదత్త

హ్రీం నమశ్చండికాయై

సప్తశతీ రహస్యాలు

ఉపక్రమణిక :

‘సప్తశతీ’ శాస్త్రేయులకు మిగులప్రీతి పాత్రమైన పవిత్ర పారాయణ గ్రంథం. దానికి “చండీ విద్య” అని కూడా లోకంలో వ్యవహారముంది. చతుర్విధ పురుషార్థ సాధనలో దానికి మించిన విద్య మరొకటి లేదు. శక్తియొక్క అనుగ్రహాన్ని సంపాదించడానికై వెలసిన అనేకానేక పారాయణ గ్రంథాలలోనికెల్లా ఇది మకుటాయమానమైంది. సమస్త తంత్ర గ్రంథాలలోని విషయాల కన్నిటికీ అదే ఆధారభూతం. భగవతీ సాక్షాత్కారాన్ని మనం ఎలా పొందాలో అందులో వివరంగా వర్ణించబడింది. ఆ మార్గం మిక్కిలి దుర్లభం కావడం వల్ల దానికి “దుర్గా సప్తశతీ” అనే మరో పేరు కలిగింది. ఇంకా దానిని “సప్తశతీ”, “దేవీ మాహాత్మ్యం” అనే పేర్లతో కూడా పిలుస్తున్నారు.

సర్వ ప్రపంచానికి మూలభూతమైన పదార్థాలు రెండు ఉన్నవి. ఒకటి బ్రహ్మము. రెండు మాయ. మిగిలినదంతా వాటి వికారమే. సృష్టి స్థితిలయాలకు ఆధారభూతమైన ఒక మహత్తర వస్తువు ఉన్నదనీ, అదే బ్రహ్మమనీ వేదాలు చెబుతున్నాయి. ఆ వస్తువును గూర్చి ఉపనిషత్తులు కూడా “సత్యం, జ్ఞానం, అనంతం బ్రహ్మ” అని నిర్వచించాయి. యథార్థానికి సత్, చిత్, ఆనందములే బ్రహ్మస్వరూపం. ఆ పదార్థాల నుంచే సర్వ ప్రపంచ మూలకారణమైన మాయ అవిర్భవించింది. బ్రహ్మమాయ అనేవి రెండు పదార్థాలుగా పైకి మనకు కనిపిస్తున్నప్పటికీ అవి వేరుగావు.

చంద్రుడు-చంద్రిక, అగ్ని-దహనశక్తి, సూర్యుడు-ప్రకాశము-మొదలయిన వాటి మాదిరిగా ఆ రెండింటిని మనం వేరు చెయ్యలేము. బ్రహ్మకంఠమాయ వేరుగాదు. ఆ రెండు ఒక్కటే.

బ్రహ్మము సత్యమైంది. అవ్యక్తమైంది. లింగాతీతమైంది. “నన్ను నషండ్ నపుమాన్ నజంతుః” అని అది వర్ణించబడింది. కానీ బ్రహ్మమూడు లింగాల్లో చెప్పబడటము జరిగింది. “రసోపై సః సబ్రహ్మ” అని పుంలింగములోనూ, “తత్త్వమసి” అని నపుంసక లింగంలోనూ, “దేవీ అక్షరం బ్రహ్మ సమ్మితం” అని స్త్రీ లింగంలోనూ బ్రహ్మను వర్ణించారు అందువల్ల నే కొందరు ఆ తత్వాన్ని పురుషుడుగా, మరి కొందరు స్త్రీగా ఇంకా కొందరు సచ్చిదానందముగా భావించి ఉపాసిస్తున్నారు.

మూలతత్వాన్ని శ్రీ మూర్తిగా భావించి చేసే ఉపాసనే శ్రీ విద్య. ఈ శ్రీ విద్యా ప్రదాత గురుదేవులు శ్రీ దత్తాత్రేయుల వారు. ఆయన మొదట ఈ విద్యను పరశురాముడికి బోధించగా, పరశురాముడు కర్పూర అరణ్యంలోనున్న హరితాయన మహర్షికి ఈ విద్యను ప్రసాదించాడు. ఆ హరితాయన మహర్షి ఈ శ్రీ విద్యను లోకానికి వెల్లడించాడు. ఆ హరితాయనమహర్షికి “సుమేధ” అని మరో పేరున్నదని త్రిపురా రహస్యం వెల్లడిస్తున్నది.

ఈ శ్రీ విద్య లలిత పర్యాయం, చండి పర్యాయం అని రెండ్లు రకాలుగా ఉంది. బ్రహ్మాండ పురాణం, దేవీభాగవతం లలితా మహిమను ప్రతిపాదిస్తే, మార్కండేయ పురాణం చండి మహిమను ప్రకటించింది.

ఈ రెండు తత్వాలకు శబ్ద భేదమే కాని వస్తు భేదంలేదు. మొదటిది పంచదశాక్షర ఘటిత మంత్రప్రతిపాదితమైతే, రెండోది నవాక్షర ఘటిత మంత్ర ప్రతిపాదితమైంది.

అదికత్తి మొక్క కాంతాచారాన్ని “లలిత” అనీ, రాద్రాచారాన్ని “చండిక” అనీ కాత్తియులు వ్యవహరిస్తారు. “మూలాధారే కామరూపే లంతీ చండికా శిఖా” అని ఈ మహాశక్తి మూలాధారంలో ప్రజల్నిస్తూ ఉంటుంది. సాధకుడు దానిని మేల్కొల్పవలసి ఉంటుంది.

సప్తశతి చండి మహిమను ప్రకటిస్తున్నది. చండినే ‘చండిక’ అని పిలుస్తారు. ఈ శక్తి యుగ్మేదంలో కాళి, తార, మొదలయిన ర్లతో నుతించబడింది. “మాయ” అనేది దీని నామాంతరం. కాళి, కాళి, దుర్గ, అన్నపూర్ణ, హైమవతి, ఉమ, అంబ, అంబాలికా అనే ర్లు దేవీ ఉపనిషత్తు, త్రిపురా ఉపనిషత్తు, దక్షిణామూర్తి ఉపనిషత్తులలో పిస్తున్నవి.

ప్రశతికి గల పేర్లు :

ఈ సప్తశతికి దేవీ మహాత్మ్యం, చండి సప్తశతి, దుర్గా సప్తశతి నే పేర్లున్నాయి. ఈ సప్తశతి స్తోత్రము “మార్కండేయ ఉవాచ”దగ్గర లుంచి “సావర్ణి ర్భవితా మను” అనేదాకా ఉన్న పదమూడు అధ్యాయాల గాపంగా మార్కండేయ పురాణంలో ఉంది. ఘోరాపద చెంది, దేవతలు క్రితం చేస్తే, దేవతార్య సముద్యత్తయై, రాక్షససంహార నిమిత్తం త్రిపురా వి కాళికా రూపం ధరించింది. కాలాంతరంలో ఆమె కాళీ, లక్ష్మి, సర్వతీ మూర్తులుగా రూపొందింది. ఈ చరిత్ర చూపత్తూ మార్కండేయ రాణంలోని ఆ పదమూడు అధ్యాయాల్లోనూ ఉంది. ఆ చరిత్రకే “సప్తశతి” అని పేరు. ఈ చరిత్రను చదిస్తే, సర్వాభిష్టాలు సిద్ధించి, సర్వోపద్రవాలు శిస్త”వని చిదంబర సంహిత దాని ప్రాశస్త్యాన్ని ఉజ్జోషిస్తున్నది.

సప్తశతిలో మూడు చరిత్రలున్నవి. మొదటి చరిత్రలో మోహన హరణ మొదలైన ప్రయోగాలు 90, మధ్యమ చరిత్రలో ఉచ్ఛాటనం,

స్తంభసం మొదలైన ప్రయోగాలు 200, ఉత్తమ చరిత్రలో విద్యేషణం, వశ్యం మొదలైన ప్రయోగాలు 410, మొత్తం 700 ప్రయోగాలు ఇందులో వున్నవి. కాబట్టి దీనికి సప్తశతి అని పేరు. 700 మంత్ర గర్భిత శ్లోకములతో కూడింది కాబట్టి దీనికి సప్తశతి అని పేరు వచ్చింది.

సప్తశతియా ? సప్తసతియా ?

ఏడు కల్పాలలోని మహావిద్య మొదలైన సప్తసతులు బ్రహ్మ, ఇంద్రుడు, బృహస్పతి, శుక్రుడు, విష్ణువు, రుద్రుడు, సురద్విషడు (అంధ కాసురుడు) అనే ఏడుగురికి ఉపాస్య దేవతై, బ్రహ్మచే స్తుతించబడటం వల్ల దీనికి “సప్తశతి” అని పేరు వచ్చింది.

ప్రథమ చరిత్రమున 1. కాళి 2. తార 3. శిన్నమస్తక 4. సుముఖి 5. భువనేశ్వరి 6. బాల 7. కుబ్జ అనే సతులు ఏడుగురున్నారు. మధ్యమ చరిత్రమున 1. లక్ష్మి 2. లలిత 3. కాళి 4. దుర్గ 5. గాయత్రి 6. అరుంధతి 7. సరస్వతి అనే ఏడుగురున్నారు. ఉత్తమచరిత్రమున 1. బ్రాహ్మి 2. మహేశ్వరి 3. వైష్ణవి 4. వరాహి 5. నారసింహి 6. ఐంద్రీ 7. చాముండ అనే సతులు ఏడుగురున్నారు. ఇంతేగాకుండా సతుల సమిష్టి రూపాలయిన 1. నంద 2. శతాక్షి 3. శాకంభరి 4. భీమా 5. రక్తదంతిక 6. దుర్గ 7. భ్రామరి అనే సప్తసతులు ఇందులో ప్రధానంగా ఉన్నారు. కనుక దీనికి “సప్తసతి” అనే పేరు వచ్చింది.

దేవీ మాహాత్మ్యం :

‘మహాత్మ’ అంటే గొప్ప ఆత్మ. అటువంటి దాని శక్తి ఏదైతే ఉన్నదో అది మాహాత్మ్యం. ‘మహాత్మ’ అనేది ఆదిశక్తి. ఆది తన ప్రభావం వల్ల అనేక శక్తులుగా మారింది. ఆ శక్తులు తమ కర్తవ్యాన్ని

నిర్వహించిన తర్వాత తిరిగి తమ జనశాత్రంలో లీనమౌతవి. సప్తశతిలో మాతృకాశక్తియైన చండి మహిమవల్ల ఉద్భవించిన శక్తుల మహిమ వర్ణించబడింది. కాబట్టి దానికి 'దేవీ మహాత్యం' అనే పేరు వచ్చింది.

ప్రథమ చరిత్రలో మహాకాళీ రూపియైన యోగమాయాదేవియొక్క మాహాత్యం, మధ్యచరిత్రలో మహాలక్ష్మి రూపిణియైన సర్వదేవ శరీరజయైన మహిషాసురమర్దిని యొక్క మాహాత్యం, ఉత్తమచరిత్రలో మహాదేరస్వతీ రూపిణియైన కౌశికీ దేవి యొక్క మాహాత్యం వర్ణించబడింది. ఇంతేగాక మాతృకా దేవతల మహిమ కూడా వర్ణించబడింది. కాబట్టి దీనికి దేవీ మహాత్యం అనే పేరు వచ్చింది.

ఈ గ్రంథానికి ఉన్న పేరులన్నీ పరిశీలించి చూస్తే 'సప్తశతి' అనే పేరు సమంజసంగా ఉన్నట్లు కనిపించటం లేదు. ఇప్పుడు మనకు దొరుకు చున్న సప్తశతిలో 700 శ్లోకములు లేవు. ఉపావలు, ఆర్థశ్లోకములు, పూరణ శ్లోకములు, కలిపి మొత్తం 700 శ్లోకములుగా కొంతమంది చూపిస్తున్నారుగాని, దొరుకుతున్న ప్రతులలో ఒకదానికి ఒకటి పొంతన కుదరటం లేదు. అట్లే "సప్తశతి" అనే పేరు కూడా ఎక్కడా ఎవరిచే పేర్కొనబడలేదు. గ్రంథంలో మహాకాళి, మహాలక్ష్మి, మహాసరస్వతులకు మూల శక్తియైన చండికాదేవి యొక్క మహిమ వర్ణించబడింది. కాబట్టి అన్ని విధాల 'దేవీ మహాత్యం' అనే పేరు దానికి తగి ఉన్నట్లు కనిపిస్తున్నది. వేరు వేరు గ్రంథాల్లో ఇది సప్తశతిగా ఉదాహరించబడి క్రమంగా దానికి ఆ పేరే స్థిరపడింది. కనుక సప్తశతి అన్నప్పటికీ వచ్చిన ప్రమాదమేమీ లేదు. చండి మహిమను అది వర్ణిస్తున్నది. కాబట్టి దానిని "చండి సప్తశతి" అని కూడా వ్యవహరిస్తున్నారు.

చండిక ఎవరు ?

‘చండిక’ అంటే పరబ్రహ్మ పట్టమహిషి అయిన దేవత. ‘చడీ-కోపే’ అనే ఛాతువు నుండి ‘చండిక’ అనే పదం నిష్పన్నమైంది. మహాభయ జనకమగు క్రోధమే ‘చడి’ అను ఛాతువు అర్థం. అటువంటి కోపమే పరబ్రహ్మ. అదే మాయ. బ్రహ్మవేరు మాయ వేరుకాదు. రెండూ ఒక్కటే! జ్ఞాత, ఇచ్ఛా, క్రియా నమస్త్వాత్మకమే బ్రహ్మ ధర్మము. అదే మాయ. ఆ ధర్మము, ధర్మి ఐన బ్రహ్మతో అభిన్నము. ఆ ధర్మమునకే “శక్తి” అని పేరు. ఆ శక్తి చండిక. శుద్ధ బ్రహ్మ భిన్నములైన, ధర్మ రూపములగు జ్ఞాన, ఇచ్ఛ క్రియలకు సృష్టి రూపాలే మహాశాశీ, మహాలక్ష్మి, మహానరన్వతులు. ఆ దేవతాత్రయ సమిష్టిరూపమైన ధర్మమే చండిక.

సప్తశతిలో మూడు చరిత్రము లెందుకున్నవి ?

“సప్తశతి”లో మూడు చరిత్రలే ఎందుకున్నవి? ఒకటి తక్కువగానో లేక ఒకటి ఎక్కువగానో ఉండవచ్చుగదా?” అనే ప్రశ్నకు సమాధానంగా “యుద్ధంలో దేవతలు రాక్షసులచే మూడుసార్లు ఓడిపోయారు. వారిని రక్షించడానికై దేవి మూడుసార్లు వేరు వేరు రూపాలతో అవతరించింది. శాబిట్టి మూడు చరిత్రలు చెప్పబడ్డ”వని కొందరు చెబుతారు. కాని ఇదీ వాస్తవంకాదు. పూర్వకాలంలో రాక్షసులతో దేవతలకు ఎన్నో పర్యాయాలు యుద్ధం జరిగినట్లుండగా మూడు పర్యాయాలే యుద్ధము జరిగిందని చెప్పటంలో దౌచిత్యం లేదు. సప్తశతిని మూడు చరిత్రలుగా చెప్పటంలో ఒక ఆధ్యాత్మిక రహస్యముంది. ఆధ్యాత్మికమంటే ఆత్మకు సంబంధించింది. ఆత్మ-అనగా జీవాత్మ. జీవాత్మ అంటే అధిష్ఠాన చైతన్యం. లింగ శరీరం పంచకర్మేంద్రియాలు, పంచజ్ఞానేంద్రియాలు, పంచప్రాణాలు,

అంతఃకరణ చతుష్టయంతో కూడినటువంటిది. అది చిదాభాసల సమాహారం. జీవుడికీ, అధిష్ఠాన చైతన్యానికీ (ఆత్మచూ) తాదాత్మ్య సంబంధం ఉంది. సత్త్వరజస్తమో గుణాలనుబట్టి లింగశరీరం మూడు విధాలుగా ఉంటుంది. వీటినే కర్మజతాదాత్మ్యము, సహజ తాదాత్మ్యము. భ్రమజ తాదాత్మ్యము అని అంటారు. తాదాత్మ్యమంటే “ఒకదానితో నొకటి ముడి వడినది” అని అర్థం.

1. స్థూల సూక్ష్మతాదాత్మ్యము - కర్మజము
2. అంతఃకరణ చిదాభాసలతాదాత్మ్యము-సహజము
3. చిదాభాస అధిష్ఠానచైతన్యతాదాత్మ్యము-భ్రమజము. ఇవే మూడు గ్రంథాలు.

ఈ విషయాన్నే మనం మరొక విధంగా చెప్పవచ్చు. ప్రాణికోటిలో మూడురకాలైన కర్మలకు సంబంధించి, మూడు రకాలైన సంస్కారాలు ఉంటాయి. మోనవుడి జనన మరణాలకు వీజరూపమైన అతని కర్మయే కారణం. కర్మవీజములు 1) నంచితం 2) ఆగామి 3) ప్రారబ్ధం అని మూడు విధాలు.

విత్తనాలను ఎచ్చబెచ్చటనుంచో కొనివచ్చి ఒకచోట రాశి పోయటం నంచిత(కూడబెట్టటం)ఎట్లాఅవుతుందో, అట్లే జన్మాంతర కారణభూతములైన కర్మల సముదాయమే “నంచిత” మనబడుతుంది. ధాన్యరాశి నుండి కొంత ధాన్యముతీసి పంటకుపయోగించినట్లు, కర్మరాశి నుండి కొంత కర్మఫలము తీసి జన్మాది ఫలితము లారంభించినవైన ఆ కర్మ వీజములను “ప్రారబ్ధ కర్మవీజము” అంటారు. దాని ఫలితంగానే మనకు మన ప్రస్తుత శరీరం ఏర్పడుతుంది.

పండిన పంట నుండి కొంత ధాన్యము రాబోవు పంటకు కారణమై నట్లుగానే, ఈ జన్మలో చేసిన కర్మలు సంచితాలై, రాబోయే జన్మలకు కారణమౌతాయి. అటువంటి కర్మదీజాలను “ఆగాము” లంటారు.

జీవుల్లో కర్మదీజ సంస్కారములకు ఆధారమైంది అంతఃకరణం. ఈ అంతఃకరణంలో 1) చిత్తవృత్తి 2) మిథివృత్తి 3) మనోవృత్తి 4) అహంకారవృత్తి అనే నాలుగు వృత్తులుంటాయి.

అంతఃకరణంలో మూడు దోషాలున్నాయి. అవి : 1) మలదోషం 2) విక్షేపదోషం 3) ఆవరణదోషం. జన్మజన్మాంతర వాసనకు “మల” మని పేరు. మానసిక చంచలతనే ‘విక్షేప’మంటారు. స్వస్వరూపాజ్ఞానమునే (తానెవరో తాను తెలుసుకోలేకుంటాయే) “ఆవరణ” మంటారు. ఈ మూడు దోషములే మూడు గ్రంథులు. ఇవే మానవుణ్ణి సంసార చక్రానికి గట్టిగా బంధించిపేస్తున్నవి. ఈ గ్రంథి భేదనం జరిగితేనేగాని మానవుడు సంసార చక్రంనుంచి బయటపడడు. ఈ మూడు గ్రంథులకే బ్రహ్మ గ్రంథి, విష్ణుగ్రంథి, రుద్రగ్రంథి అని పేర్లున్నవి, ఆగమతంత్ర శాస్త్రాల్లో వీటికే మూలాధారగ్రంథి, హృదయగ్రంథి, శిహ్వా(తాలు) గ్రంథులని పేర్లున్నవి.

గ్రంథిత్రయ వివరణ :

1) బ్రహ్మగ్రంథి : స్థూల సూక్ష్మ శరీరాల తాదాత్మ్యం-స్థూల శరీరాభిమానం- (మూలాధారగ్రంథి)

జన్మజన్మాంతర వాసన (మలము) నశిస్తే ఈ గ్రంథి భేదనం జరుగుతుంది.

2) విష్ణుగ్రంథి : అంతఃకరణ చిదాభాసల తాదాత్మ్యం-సూక్ష్మ శరీరాభిమానం (హృదయగ్రంథి)

మానసిక చాంచల్యం (వికేపం) నశిస్తే ఈ గ్రంథిభేదనము జరుగు
తుంది.

3) రుద్రగ్రంథి : చిదాభాస అధిష్ఠాన చైతన్యాల తాదాత్మ్యం-
గౌరవాశరీరాభిమానం జిహ్వా(తాలు) గ్రంథి.

స్వస్వరూపాజ్ఞానం (అవరణం) నశిస్తే ఈ గ్రంథి భేదనం జరుగు
తుంది.

అంటే-కుండలినీ శక్తి మూలాధార స్వాధిష్ఠానములను చాటితే
బ్రహ్మగ్రంథి భేదనం, మణిపూర అనాహత చక్రాలను చాటితే విష్ణుగ్రంథి
భేదనం, విశుద్ధ ఆజ్ఞా చక్రాలను చాటితే రుద్రగ్రంథి భేదనం జరుగుతా
యని యోగరాస్త్ర పిండితార్థం.

మూడు చరిత్రములలో - మూడు గ్రంథుల సంబంధము :

సచ్చిదానందమే బ్రహ్మ స్వరూపంగా వేర్కొనబడింది. సత్, చిత్,
ఆనందము- అనే మూడు సదాల్లో వేరువేరుగా మూడు స్రవణవస్తువులన్నవి.
కనుకనే సప్తశతిలో ప్రథమ చరిత్రమున సత్ (సత్తా) యొక్క ఉపాసన,
మధ్యమ చరిత్రమున చిత్ (చైతన్యము) యొక్క ఉపాసన, ఉత్తమ
చరిత్రమున ఆనందోపాసన విహితములైనవి. వీనివలన వరుసగా గ్రంథి
త్రయ భేదనం జరుగుతుంది.

మూలాధారంలో కుండలినీ శక్తి పామువలె మూడున్నర చుట్టులు
చుట్టుకొని పరుండి ఉంటుంది. సాధకుడు తన ఉపాసనచే దానిని లేపిన
బ్రహ్మగ్రంథి భేదనం, హృదయమున వేర్చిన విష్ణుగ్రంథి భేదనం, ఆజ్ఞా

చక్రమున చేర్చిన రుద్రగ్రంథి భేదనం జరుగుతుంది. ప్రథమ చరిత్రమున గల ముఖ్యైకట సంతోషమే బ్రహ్మగ్రంథి భేదనం. మధ్యమ చరిత్రమున గల మహిషాసుర మర్దనమే విష్ణుగ్రంథి భేదనం. ఉత్తమ చరిత్రమునగల శుంభ నిశుంభుల వధే రుద్రగ్రంథి భేదనం. ఇట్లా మూడు గ్రంథుల భేదనం జరిగి సాధకుడు జీవన్ముక్తుడు కావడానికి, సచ్చిదానంద స్వరూపంగా మారడానికి ఆ మూడు చరిత్రలూ సప్తశతిలో నిబంధించబడ్డాయి.

సప్తశతి - ఆధ్యాత్మిక రహస్యం :

శక్తి పరిణామ రూపమైన స్థూల, సూక్ష్మ, కారణశరీరాలపై ఉన్న అభిమానంతో దుఃఖపడే జీవుడు తన పురాకృత పుణ్యవిశేషంవల్ల చండీ తత్త్వ పరిజ్ఞానంతో, ప్రాణవాయువును నిరోధించే అభ్యాసం గలవాడై, మూలాధార చక్రంలో నిద్రిస్తున్న కుండలినీ శక్తిని జాగృతం చేస్తాడు. అప్పుడు కుండలినీ శక్తి సుషుమ్నా నాడీమార్గంలో ఊర్ధ్వముఖంగా పయనిస్తుంది. మూలాధారాది షట్పక్రాలనూ, బ్రహ్మ విష్ణు రుద్రగ్రంథులనూ భేదించుకొని సహస్రారమనే స్వస్థానాన్ని చేరుకొంటుంది. ప్రాణవాయువును నిరోధించే అభ్యాసం లేకపోయినప్పటికీ చండీ అనుగ్రహం లభించినట్లైతే సాధకుడు ఆత్మవిచారంచేత గూడా ఈ శరీర త్రయాభిమానాన్ని నాశనం చేసుకొనేటందుకు వీలుంది. కుండలినీశక్తి సహస్రారాన్ని చేరుకోవటంతో జీవుడు స్వస్వరూప జ్ఞానం గలవాడై ఉండటంచేత స్వాత్మానందంలో నిత్యం ఓలలాడుతుంటాడు.

సప్తశతిలోని పదాలకున్న అర్థాలే వేరు. ప్రథమచరిత్రలో సావర్ణి స్వారోచి, చైత్ర వంశం మొదలైన పదాలున్నవి. 'సావర్ణి' - అంటే సూర్యశక్తి. "స్వారోచిష" డంటే స్వర్గసంబంధమైన శ్రోతృ. "చైత్ర

వంశ సముద్భవ”మంటే అనేక చిత్ర విచిత్రములైన జన్మలను పొంది-
అనగా అండజ, పిండజ, స్వేదజ, ఉద్బిజ జన్మలను పొంది-చిట్టచివరకు
దుర్లభమైన మానవ శరీరాన్ని పొందటమని అర్థం. “క్షితిమండల”మంటే
శరీరం. “సురభు”డంటే జీవుడు.

సప్తశతిలో “సురభు”డనే క్షత్రియుడు తృతీయ పురుషార్థమైన
కామానికి, “సమాధి” అనే వైశ్యుడు చతుర్థ పురుషార్థమైన మోక్షానికి
ప్రతీకలు. సురభుడు తన రాజ్యాన్ని సమాధి తన ధనాన్ని కోల్పోయి,
సమేధసుడనే (ఈయనకు సుమేధ అనే మరోపేరుంది. ఈయనే పరశు
రాముడి దగ్గరుంచి శ్రీవిద్యను పొంది లోకానికి ప్రసాదించిన హరితా
యన మహర్షి) ముని ఆశ్రమానికి వస్తారు చివరికి గురూపదేశంతో
అనుగ్రహాన్ని పొంది ఇష్టకామ్యార్థ సిద్ధి నందుతారు. ఈ కథలో ఒక
చమత్కారం ఉంది. సురభుడు ముందుగా తాను మున్యాశ్రమానికి వెళ్ళి
నప్పటికీ సమేధసునితో తన కష్టాలను గురించిగానీ, వాటి నివారణ
గురించిగానీ పెదవి విప్పి మాట్లాడడు. ఆ ఆశ్రమానికి “సమాధి” వచ్చి,
అతనితో స్నేహం చేసిన తర్వాత మాత్రమే ఆ మునితో తన బాధల్ని
వివరిస్తాడు. దీనికి కారణం ఏమిటి? సమాధి అంటే-ఇక్కడ “ఒక
వ్యక్తి” అని మనం అర్థం చేసుకోవాలి. “వ్యవసాయాత్మకమైన బుద్ధి”
అని అర్థం చేసుకోవాలి. ఆ బుద్ధి చేకూరితేనే తప్ప జీవుడు ప్రయత్నం
న్ముఖుడు కాలేదన్నమాట!

మహామాయ మొదటి బ్రహ్మను సంరక్షించడానికై యోగనిద్రా
రూపిణిగా - తామసీమూర్తిగా - ఆవిర్భవించింది. మధ్యమ చరిత్రలో
ఇంద్రాదులను కాపాడేటందుకై దుగ్గా, కాత్యాయినీ రూపాలు ధరించింది.
ఇంకా తాను అనేక రూపాలను ధరిస్తానని చెప్పింది. దేవ దానవ సంగ్రా

మంలో దేవతా రక్షణ జరిగింది. నిజం అలోచిస్తే ఆ యుద్ధం ఎక్కడో స్వర్గంలో జరిగిన యుద్ధం కాదు. మానవ జీవితంలో అనుక్షణం జరుగుతున్న యుద్ధమే అది! మానవ శరీరంలో ఇంద్రియాభివృద్ధితమైన సాత్విక జ్ఞానవృద్ధి రూపమైన చైతన్యం ఒకటుంది. అదే దేవగణం! ఆ విధంగానే తమస్సుతో గూడిన అజ్ఞాన రూపములగు ఇంద్రియ వృత్తులూ ఉన్నాయి. అదే రాక్షసగణం! తమస్సుచేత సత్వమునకు బాధ కలిగినపుడు మాత్రు చైతన్యాన్ని శరయినేడటం, అత్మరూప సాక్షాత్కారం కలగటం, సత్వగుణం జయించటం, సాధకుడు ముక్తిసొందటం జరుగుతుంది.

‘కల్పాంతమున విష్ణువు యోగనిద్ర’ చెందినాడని సప్తశతిలో ఒక వాక్యము. కల్పాంతమంటే ప్రళయం. ప్రళయంలో సర్వజగత్తు లోపిస్తుంది. అందులోని సర్వజీవుల సమస్త ప్రాణదీక్ష సముదాయం ఒకచోట సమాహారమౌతుంది. అట్లా అపటమే విష్ణువు యోగనిద్రలో శేషశయ్యాగతుడైనాడని చెప్పటం ‘యోగనిద్ర’-అనగా నిర్గుణబ్రహ్మలో సగుణ భావాన్ని లీనం చెయ్యటం, అప్పుడిక జగద్వ్యాపార ముండదు. “మధుకైటభులు విష్ణు కరణమలోద్భూతులు”గా సప్తశతి పేర్కొన్నది. “విష్ణు కరణ”మంటే చిదాకాశం-అకాశము శబ్దిగుణకమని చెప్పటకే అక్కడ “కరణ”శబ్దం ప్రయోగించబడ్డది. “మల” శబ్దానికి అవృతమని అర్థం. అనగా కప్పివేయునదన్నమాట! నిర్మలమైన చిదాకాశాన్ని ఆవరించినారు కాబట్టి మధుకైటభులను “విష్ణుకరణ మలోద్భూతా” అనటం జరిగింది.

“మధు” శబ్దమున కర్థం ఆనందం. “కీట”మనగా పురుగు. “కీటభ”మనగా పురుగువలె కనిపించుట. కీటభము యొక్క భావము కైటభము. చిన్న చిన్న క్రిమికీటకముల ఏకత్ర సమాహారము కీటక భావశ్యమునకు సూచన, సంచిత కర్మదీక్షములే మధుకైటభులు.

మఘకై టఫలసు సంహరింపటకు శ్రీ మహావిష్ణువు నిద్రనుండి లేవవలయును. ఆయన నేత్రముల నావరించిన యోగనిద్రను బ్రహ్మ స్తుతించెను. విష్ణువు మహాప్రాణము. ప్రాణము యొక్క చంచలావస్థయే మనస్సు. చంచలత్వమనగా పైషమ్యము. అటువంటి మనస్సే బ్రహ్మ. అంతఃకరణమునకు నాల్గు వృత్తులుంటాయి. అవి మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములు. అందులో మనస్సు ఒకటి. వాస్తవానికి ఈ నాల్గు ఒక్కచే. చింతించేటప్పుడు చిత్తమనీ, సంకల్ప వికల్పాలు చేసేటప్పుడు మనస్సనీ, నిశ్చయం చేసేటప్పుడు బుద్ధి అనీ, తాదాత్మ్యం చేసేది. అహంకారమనీ వ్యాపార దేహన్నిబట్టి దానికాపేర్లు కలిగాయి. మనస్సును “బ్రహ్మ” మన టంలో అంతర్ధా మేమంటే-మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములు నాలుగూ ఆయన ముఖములనీ, బ్రహ్మ విష్ణువును స్తుతించాడంటే-మనస్సు రాబోవు జన్మలకు కారణభూతమైన కర్మబీజాల నాశనానికై మహాశక్తిని శరణు వేడినదనీ అర్థం.

మనస్సు అనేది అజ్ఞానగ్రందీ మూలకంగా నిత్యం సంకల్ప వికల్పాలు చేస్తూ ఉంటుంది. అట్లాకాక మనస్సునందే అనందం పొందేటట్లు చేయటం బ్రహ్మగ్రంథి భేదన మనవిడుతుంది. బహుత్వ భావమూలకమైన వాసనారూప సంస్కారం చూడి ఉన్న అంతఃకరణంలోని మలవోషాలను మనస్సు విచ్ఛేదం చేయటమే - “మఘకై టఫ సంహారం”. ఇది కనక జరిగితే దారేషణ, ధనేషణ, పుత్రేషణ అనే ఈషణత్రయంపై ఆసక్తిగానీ, ఆకాంక్షగాని ఉండదు. ఈ ప్రథమ చరిత్రమున మఘకై టఫవధ వల్ల కర్మజ్ఞతాబాత్మ్యం తొలిగిపోయి, సాధకుడైన జీవునికి రాబోయే కర్మసంబంధమైన సంస్కారం నశించిపోతుండేగాని సంచిత కర్మసూత్రం మాత్రం అట్లాగే ఉంటుంది. ప్రథమ చరిత్రలోని విషయం మనోమయకోశానికి

సంబంధించింది. మధ్యమ, ఉత్తమ చరితములు రెండు క్రమంగా విజ్ఞానమయి, అనందమయకోశాలకు సంబంధించినవి. మనస్సు అనేది మనోమయకోశం వరకూపోయి అగిపోతుంది. విజ్ఞానమయకోశం వరకూ అదిపోదు. పై ఖరీవాక్కు- దానిని చెప్పలేదు. “యతోవాచో నివర్తంతే అప్రాప్య మనసానసః” అని అది వాఙ్మనస్సుల కతీతమైంది. విజ్ఞానమయకోశం పరసంవేద్యం కాదు. స్వసంవేద్యం. అంటే ఆత్మచే ఆత్మ తెలుసుకోబడుచున్నదన్నమాట! ఇక - అప్పుడు జ్ఞాతలేదు. జ్ఞానం లేదు. సర్వం శూన్యం.

మధ్యమ చరితము విజ్ఞానమయకోశానికి సంబంధించినదని మనం చెప్పకోవటం జరిగింది. అందు అంతఃకరణమునగల విక్షేపము (చంచలము) అనేదోషం శిధిలమౌతుంది. అంతఃకరణం ఏకాగ్రం కావటమే దాని సాధనోద్దేశ్యం. క్రోధానికి మహిషాసురుడు ప్రతీక. కాగా క్రోధమును మహిషరూపంగా దేవికి బలి ఇవ్వటం ఆ దేవికి ప్రీతిదాయకం.

“ప్రవృత్తి (రాక్షసులు) నివృత్తు (దేవతలు) లకు శత సంవత్సరాలు యుద్ధం జరిగింది”దని సప్తశతిలో మౌక విషయం - అంటే నూరుసంవత్సరాల పర్యంతం మానవ జీవితంలో ఈ ఘర్షణ తప్పదన్నమాట! “శత”-అంటే నూరు అనిగాక “అనేక” అనే అర్థం కూడా ఉంది. ఈ సంఘర్షణ నూరు సంవత్సరాలకే పరిమితం గాక అది అనేక జన్మలకు గూడా వ్యాపించవచ్చు. దీనిభావమేమిటంటే - అనేక జన్మలలో సాధనచేయగా చేయగా, సిద్ధుకై ఏ జన్మలోనో జీవుడు ముక్తి నొందుతాడు. అటువంటి మహాయుద్ధంలో దేవతలు ఓడిపోయారు. అంటే ప్రవృత్తి జయించింది. దీనికి కారణం జన్మజన్మాంతరములయందు ప్రోగుచేసుకొన్న కర్మ సంస్కారం జీవుణ్ణి పంసార విషయాభిముఖుణ్ణిగా చేసి,

అసురప్రవృత్తిని జయించలేని ఔర్బల్యస్థితిని కలిగించటమే! నివృత్తి ఓడిపోయినప్పుడు మహిషాసుర ప్రవృత్తి (రజోగుణం) ఇంద్రత్వం పొందుతుంది. అనగా అధికారం చెలాయిస్తుంది.

“పద్యయోని బ్రహ్మను ముందుంచుకొని, ఈశ్వరుని వద్దకూ, విష్ణువు వద్దకూ, దేవతలు వెళ్ళి” అని మరొకటి. బ్రహ్మ అనగా మనస్సు. దీన్ని ముందుంచుకొని ఈశ్వరుని (జ్ఞానమును) విష్ణువు (ప్రాణము) దగ్గరికి దేవతలు (నివృత్తి) పోయినారని ఆ వాక్యముయొక్క అర్థము.

“త్రిమూర్తుల నుండి - సమస్త దేవతల నుండి ఒక తేజం ఉద్భవించింది. అది ఒకచోట రాశీభూతమై శ్రీ రూపం ధరించింది.” సాధన వల్ల చిత్తం స్థిరమైనప్పుడు ప్రశాంతత కలుగుతుంది. అప్పుడు విశిష్టమైన జ్యోతిఃపుంజ మొకటి ఆవిర్భవిస్తుంది. యోగంలో దానికి “విశోక”, “జ్యోతిష్మతి” అనే పేర్లు వున్నాయి. దాని సందర్భనంవల్ల సాధనలో దృఢత్వం కలుగుతుంది. శ్రీ రూపాన్ని ధరించటమంటే శక్తిరూపాన్ని ధరించటం. “శక్తి సింహనాదము చేసిన”దట! ఇక్కడ “నాద”మంటే మామూలు శబ్దం కాదు. అది అనాహత నాదం! ఈ నాదమే మంత్ర జపమువల్ల ప్రభావితమై, ఏకాగ్రతను పొంది శ్రుతి గోచరమౌతుంది. దుర్గాదేవికి వాహనమైన సింహము హింసా ప్రవృత్తికి ప్రతీక. మనుష్యుడు తన జీవత్వ భావాన్ని హింసించి (నష్టపరచి) బ్రహ్మత్వ భావాన్ని ప్రకాశింప చేసినప్పుడు అతడు సింహ ధర్మము కలవాడౌతాడు. అటువంటి జీవుల్లోనే దుర్గాదేవి వెలసి వుంటుంది.

మద్యమ చరిత్ర ప్రతిపాదించే “చిత్-చేతన-చైతన్యము” బుద్ధి ద్వారా లభిస్తుంది. ప్రపంచంలో సమిష్టి లేక వ్యష్టి రూపాలలో చేతనాన్ని

చూడటం, అన్నింటియందు తన చేతననూ ప్రాణాన్ని అరోప మొనర్చటం దృఢంగా అభ్యసించినట్లయితే చిత్త విక్షేపం తొలగిపోతుంది. జీవుడి వ్యష్ట ప్రాణం సమిష్టి ప్రాణంతో కలిపితేనే తప్ప (ఏకమైతేనే తప్ప) విష్ణు గ్రంథి భేదనం జరుగదు. విష్ణుగ్రంథి భేదనం జరిగినప్పుడు కామ వాసనల సంచారం వుండదు. కాని కర్తృత్వ బోధ జనించటం వల్ల జ్ఞానం మరుగునపడి కర్మయందు ప్రేరితుడవుతాడు. ఇందుకు అతని “అత్మప్తి” కారణం. తృప్తి అనగా ఆనందం. జీవుడి ఉత్పత్తి స్థితిలయములు ఈ ఆనందం మీదే ఆధారపడి వుంటాయి. “ఆనందాదేవఖిత్విమాని భూతాని జాయంతే, ఆనందేవభూతాని జీవంతి. ఆనందేనవిశంతి”. ఆనందమే జీవుని చరమ లక్ష్యము.

మధ్యమ చరిత్ర వలన విజ్ఞానమయ కోణాన్ని అధిష్టించి నప్పటికీ, జ్ఞాన వికాసం జరిగినప్పటికీ సాధకుడు ఆనందానుభవం పొందలేడు. దాని ప్రాప్తి కోసం మరికొంత సాధనం చేయవలసి వుంటుంది. అపరోక్ష జ్ఞానం చేత ఆత్మానందం లభిస్తుంది. విజ్ఞానమయకోశంలో ప్రాణరూప విష్ణుప్రాప్తి ఏర్పడదు. దానికి ఆవ్యవహితముగా - ఔంటనే - ఆనందమయ కోశమున రుద్రుని ఉపలబ్ధి లభిస్తుంది. హరిహరాత్మకమైన స్థితి అది! ప్రాణము ప్రతిష్ఠితం కాగానే జ్ఞానం కలుగుతుంది. ఏ మాత్రం అలస్యం వుండదు. కనుకనే తథిష్ఠాతలైన రుద్రుణ్ణి “అశుతోమ” డంటారు. జ్ఞానం అందరిలోను వుంటుంది. కాని “అవరణం” తొలగితేనే గాని అది భాసించదు. ఆ అవరణం తొలగిపోవటమే రుద్రగ్రంథి భేదనం. ఈ గ్రంథి భేదనం జరిగిన తర్వాత జీవుడు తన ప్రారబ్ధాన్ని అనుభవిస్తున్నప్పటికీ కాను దుఃఖితుడనుకోడు. కేవలము కాను సాక్షిభూతుడను చూత్రమేనని తెలుసుకోవటంవల్ల సుఖదుఃఖాల చేతికిచిక్కదు. నష్ట

శతిలో ప్రథమ చరిత్రమున సత్ప్రాప్తి, మధ్యమ చరిత్రమున చిత్ప్రాప్తి, ఉత్తమ చరిత్రమున ఆనంద ప్రాప్తి చేహరుతుంది. మొత్తము మీద సచ్చిదానంద రూపమైన పరమేశ్వర ప్రాప్తియే సప్త శతి లక్ష్యమని మనకు విశదమవుతుంది.

సప్తశతిలోని రహస్యాలను పట్టుకునేందుకు చేసిన దిశ్శాత్రప్రయత్నము మాత్రమే ఇది! ఇంకా ఎన్నెన్నో అమూల్య రహస్యాలన్నాయి. సప్తశతిలో “కుంభుడు” అహంకారానికి, “నికుంభుడు” మమకారానికి ప్రతీకలు. “చూమ్రులోచనుడు” భ్రాంఠికి ప్రతీక. “చండముందులు” క్రమంగా మూల అజ్ఞానానికి, తూల అజ్ఞానానికి ప్రతీకలు. (మూల అజ్ఞానం శుద్ధ చేతనను ఆచ్ఛాదిస్తుంది. తూల అజ్ఞానము ఘటాద్య వచ్చున్న చేతనను ఆచ్ఛాదిస్తుంది). కుంభనికుంభులు ఎనిమిది రకాలుగా రాక్షస సేనను సిద్ధపరిచారని చెప్పటంలో - ఆధ్యాత్మిక భావంలో ఆ ఎనిమిది 1) ఘృణ 2) లజ్జ 3) భయం 4) శంక 5) జగుప్స 6) కులము 7) శీలము 8) జాతి అనే ఎనిమిది పాశాలు. ఈపాశాల్లోంచి విముక్తుడైన జీవుడు శివుడు అవుతాడు. రక్తదీక్షాడు - అంటే ధోగ వాంఛ. ధోగాలను అనుభవిస్తున్న కొద్దీ ఆ వాంఛ మరింత ప్రబలతూ వుంటుంది. ఇంద్రియాల్లో జిహ్వేంద్రియం చాలా ప్రబలమైంది. కామాన్ని జయించాలంటే ముందుగా మనం జిహ్వను జయించవలసివుంటుంది. రక్తదీక్షవధ కాళిక కరాళ జిహ్వతో జరగటం గమనార్హం. “కుంభుని వధించుట” అనగా అహంకారమును నాశన మొనరించుట. “నికుంభునివధ” అనగా మోహమును పటావంచలు చేయుట. అవధతో ఆత్మసాక్షాత్కారం కలిగి ప్రతిబోట ఆనంద మనుమగు సత్తా (సత్) భాసిస్తుంది. అపరో!

జ్ఞాన ప్రాప్తిచే సాధకుని రుద్రగ్రంథి శిథిలమై, జీవన్ముక్తి చేకూరి, సాధకుడు సచ్చిదానంద చూపుడవుతాడు.

ఉప సంహారం :

సప్తశతి మార్కండేయ పురాణాంతర్గతము. మార్కండేయ క్రోష్టల సంవాదాత్మకం. మార్కండేయుడు వక్తయే గాని కవిగాడు. కనుకనే వేదమువలె ఇది అపారమేయము. ఈ సప్తశతికి మూలము వేదములందే గలదు. ఋగ్వేదమున దేవీ సూక్తమున “వాగంభ్యణీ సంవాదం”లో దేవీ మాహాత్యక్త ప్రశస్తి వుంది. దేవీ మాహాత్యక్తం చివర “దేవీ సూక్తం పరం జపన్” అని దేవీ సూక్త ప్రశంస వుంది.

మేరుతంత్రంలో “సప్తశతి మొత్తం నేనెరుంగుదును. పావు తక్కువగా హరి ఎరుగును. నాల్గవ భాగం వ్యాసుడు ఎరుగును. కొటి భాగము ఇతరు తెరుగుదురు” అని శివుడు చెప్పినట్లున్నది. శామర తంత్రంలో “యజ్ఞాల్లో అశ్వమేధం వలె, దేవతల్లో విష్ణువు మాదిరి, స్తోత్రాలలో సప్తశతి మిగుల ప్రధానమైంది. ఇది భక్తిముక్తులను ప్రసాదిస్తుంది” అని కలదు.

సప్తశతి గొప్ప అర్థశాస్త్రము. అనగా సర్వ పురుషార్థములను, సమస్త జీవిత లక్ష్యాలనూ సాధించే గ్రంథం అది. కాబట్టి దాని లక్ష్యం పరిమితము గాదు. ఏకపక్షంగాదు-సర్వలక్ష్య సాధనమైన గ్రంథం అది! అనేక ఆధ్యాత్మిక మహారహస్యాలకు అది మహాఖని. దాని పారాయణం ఇహసర సౌఖ్యదాయకమై విరాజిల్లుతుంది.

సప్తశతి పారాయణ క్రమము :

మహాకాళీ, మహాలక్ష్మీ, మహాసరస్వతుల ప్రతిపాదకాలైన

మంత్రిలో నవార్థము, సప్తశతీ (మూల మంత్రం) అనేవి రెండే ముఖ్యమైనవి. ఈ రెండింటిలో ఉపాసన భేదాన్ని అనుసరించి ఒకటి ప్రధానమైతే మరొకటి ఉపసర్జనంగా (అంగంగా) ఉంటుంది. నవార్థ ప్రధానమైతే సప్తశతీ దానికి అంగము అవుతుంది. అప్పుడు సాధకుడు నవార్థ మంత్రాన్ని ప్రధానంగా జపించి, దానికి అంగంగా సప్తశతీని పఠిస్తాడు. సప్తశతీని ప్రధానంగా పఠించేవాడు రహస్యోక్తి ప్రకారంగా యంత్రమున సప్తశతీ దేవతను పూజించి, ఆ తర్వాత దానికి అంగంగా ముందూ వెనుకూ నవార్థ మంత్రాన్ని పఠించవలసి వుంటుంది.

నవార్థ మంత్రం-అర్థం :

సప్తశతీ పారాయణానికి ముందు వెనుకల నవార్థ మంత్రాన్ని విధిగా జపించాలని చెప్పినందు వల్ల, దాని ఆధాన్ని మనం తెలుసుకోవలసిన అవసరముంది. “దేవీ ఆధ్వర శీర్షం”లో ఇట్లా చెప్పబడింది.

“వాఙ్మయాబ్రహ్మసూత్రస్మాత్ షష్టం వక్త్రీనమన్వితం

సూర్యోనామ శ్రోత్ర బిందునంముక్తస్తాస్త్రతీయకః

నారాయణేన సంమిశ్రో వాయుచ్ఛాధరమున్ తతః

విచ్ఛే నవార్థ కోమస్యాత్ మహదానంద దాయకః

వాగ్భవ బీజం (ఐం), మాయాబీజం (క్రీం), కామబీజం (క్లీం) అనే మూడు బీజాలకూ “వామంతాస్త్రై విచ్ఛే” అనే దాన్ని కలిపితే నవార్థ మంత్రము ఏర్పడుతుందని ఈ శ్లోకం చెబుతున్నది. “విచ్ఛేతనిఖిల ధ్యాంతే నిత్యముక్తే పరాత్పరే, అఖండ బ్రహ్మ విద్యాస్త్రై చిత్సదానంద రూపితే” ఇత్యాదిగా ఈ నవార్థ మంత్ర మహిమ చామర తంత్రంలో వ్యక్తం చేయబడింది. ఈ నవార్థవ మంత్రంలోని తొమ్మిది అక్షరాలు తొమ్మిది మంది దుర్గలకు ప్రతీకలు. ‘విచ్ఛా’ అనేది

లర్చి చేవతసి, అది ప్రళయ కాలంలో ప్రళయాన్ని సాధకుడికి దోధిస్తుందని పెద్దలు చెబుతారు. ఊర్వాశ్వామాయంలో ఈ దేవి విచ్చేళ్ళరి, హంసేళ్ళరి, సంవ రేళ్ళరి అని మూడు విధాలుగా కీర్తింపబడింది. 'విచ్చే' అన్న పదాన్ని విభజిస్తే 'విల్ + చ + ఇ' అని నీర్పడుతుంది. ఈ మూడు అక్షరాలు చిల్, సల్, అనంద వాచకాలు. 'ఇ' అంటే అనంద బ్రహ్మమహిషి. 'విల్' అనేది జ్ఞానపరంగా ప్రసిద్ధమైన చళారము. సల్ పదము 'చాముండి' అనే దానికి మోక్షానికి కారణమైన నిర్వికల్పక జ్ఞానమని అర్థం. చండముండు అనే రాక్షసుల్ని సంహరించటం చేత ఆ దేవికి 'చాముండా' అనే పేరు వచ్చినట్లు పురాణం చెబుతున్నది. అసలు రహస్యమేమిటంటే 'చండముండులు' 'మూల (నమిష్టి) తూల (వ్యష్టి) అజ్ఞాన రూపాలు. వాళ్ళను వనించటం చేత అఖండ బ్రహ్మవిద్య 'చాముండ' అని పేర్కొనబడింది.

సప్తశతి-నవసంఖ్య ప్రాముఖ్యం :

శాస్త్రేయంలో నవసంఖ్యకు చాలా ప్రాముఖ్యము ఉంది. చండి మంత్రం చూస్తే అది నవాక్షరి. ఆవరణలు తొమ్మిది. చాముండి స్వరూపాలు 1) పీఠచాముండి 2) వ్యాఘ్రచాముండి 3) రక్త చాముండి 4) భద్ర చాముండి 5) శ్రేతచాముండి 6) సిద్ధచాముండి 7) ఉగ్రచాముండి 8) ఘోర చాముండి 9) మహాచాముండి అని తొమ్మిది విధాలు.

1) జలదుర్గ 2) కైలదుర్గ 3) శూలినీదుర్గ 4) శివదుర్గ 5) జయదుర్గ 6) కిరాతదుర్గ 7) హోమదుర్గ 8) వింతామణిదుర్గ 9) అగ్నిదుర్గ అని దుర్గాలు తొమ్మిది విధాలు.

ఉత్తమ చరితమున కొలికిదేవికి సహాయపడిన దేవతలు తొమ్మిది

మంది, వాళ్ళు 1) బ్రాహ్మణీ 2) మాహేశ్వరి 3) కౌమారి 4) పైష్టవి
5) వాహిని 6) నారసింహి 7) ఐంద్రి 8) చండిక 9) కాళి అనే
వాళ్ళు.

ACCNO. 27508

ప్రథమా శైలపుత్రీతి ద్వితియా బ్రహ్మచారిణీ

తృతీయా ఛన్నమంతేతి కూర్మాదేతి చతుర్థీ

పంచమా స్కందమాతేతి షష్ఠా కార్యాయనేతి చ

సప్తమా కాలరాత్రీ చ అష్టమా చాతీ ధైరవీ

నవమా సర్వసిద్ధిచ్చాత్ నవదుర్గా ప్రకీర్తితాః”

అని మరో శ్లోకం వినబడుతున్నది. 10 = 00

రెండేళ్ళ వయస్సు నుంచి పదేళ్ళ వరకూ వున్నకన్యలకు వరు
సగా 1) కుమారి (రెండేళ్ళ వయస్సు) 2) త్రిమూర్తి (మూడేళ్ళు) 3)
కల్యాణి 4) రోహిణి 5) కాళిక 6) చండికా 7) శాంభవీ 8) దుర్గా
9) సుభద్ర (పదేళ్ళ వయస్సు) అనే పేర్లున్నవి. 294-53

ఇట్లా చండికలూ, చక్రాలూ, యోనులూ, కాళికలూ, శ్యామలలూ
మొదలైన నవవీన నవసంఖ్యలోనే మనకు కనిపిస్తాయి. ముఖ్యంగా ఈ
దేవీ పూజ నవరాత్రుల్లో (రోజుల్లో) చేయటం అనవాయితీగా వస్తున్నది.
ఈ తొమ్మిది అనే సంఖ్య నవ రంధ్రాలతో కూడిన మన దేహంలో ఉన్న
కుండలినీ శక్తి జాగరణకు సంబంధించినదిగా మనకు సూచిస్తున్నది.

సప్త శతి పాఠ క్రమము :

సాధకుడు కుచిర్చూతుడై ఆసనమున కూర్చుండి ఆచమన, ప్రాణా

యామ సంకల్పములను చేసి, మాతృకా న్యాయము చేయాలి. చండిని ధ్యానించి, రహస్యోక్త ప్రకారముగా మంత్రమును పూజించి, కవచ, అర్గళ, కీలకములను, రాత్రి సూక్తమును పఠించి, నవార్ణ మంత్రమును కనీసము 108 పర్యాయములు జపించవలసి ఉంటుంది. సప్తశతి పారాయణాంతరము నవార్ణ మంత్రమును మరల 108 పర్యాయములు జపించి, ఆ జపమును దేవికి ధారపోసి, దేవీ సూక్తమును పఠించి, రహస్య త్రయ పారాయణము చేయాలి. ఆఖరున ప్రార్థనా మంత్రములతో దేవికి క్షమాపణ చెప్పాలి.

సప్తశతి పారాయణ విధము అనేక మంత్రముల ననుసరించి అనేక విధములుగా కనబడుచున్నది. ఎవరికి వారు వారివారి గురు సంప్రదాయము ననుసరించి చేయటం మంచిది. మరీచి కల్పాన్ని అనుసరించి మొదట రాత్రి సూక్తము, తరువాత సప్తశతి, చివరకు దేవీ సూక్తము పఠించవలెను. దామర తంత్రములో 'కవచ అర్గళ కీలకములు మొదట పఠించి, ఆ తర్వాత సప్తశతిని పఠించవలెను. చివరకు రహస్య త్రయమును పఠించవలెను' అని చెప్పబడింది. సప్తశతికి ముందు పెనకల 'శతమేకం భై రవీ పునాతు' అనే శక్తి న్యాయ ప్రమాణాన్ని అనుసరించి నూట ఒక్కటి చొప్పున నవార్ణ మంత్రాన్ని జపించాలి. రాత్రి సూక్త, దేవీ సూక్తములు - వైదికములు, పౌరాణికములని రెండువిధాలు. వైదికులు మొదటి దాన్ని, ఇతరులు రెండవ దాన్ని అనుసరించుట మంచిది.

ఒక దిన పారాయణలో మొదట మధ్యమ చరిత్రమును, తరువాత ప్రథమ, తృతీయ చరిత్రలను పారాయణము చేయవలెను. కీలక వ్యాఖ్యానములో ఈ సంగతి వివరముగా చెప్పబడినది. ఒక్క రోజులో మొత్తము గ్రంథము పారాయణము చేయలేనివారు మొదటి దినము ప్రథమ అధ్యాయము

యము, రెండవ రోజు 2, 3, మూడవరోజు 4, నాలుగవరోజు 5, 6, 7, 8, ఐదవరోజు 9, 10, ఆరవరోజు 11, ఏడవరోజు 12, 13 అధ్యాయముల చొప్పున ఏడు దినములలో పారాయణము చేయ వచ్చును. ఇది పై దీక్షాగమ పద్ధతి.

సప్తశతిని పఠించే పద్ధతి :

దేవిని ధ్యానించి. లమిత్వాది పంచపూజలు చేసి, మూలయంత్రము గల పీఠముపై గ్రంథముంచవలెను. గ్రంథపఠన సమయమున దీర్ఘములు తీయరాదు. త్వరగా చదువరాదు. తల నూపరాదు. అర్ధం చేసుకొంటూ చదవవలెను, అల్ప కంఠముతో చదువరాదు. అధ్యాయము మధ్య ఆపరాదు. అట్లు ఆపవలసి వచ్చిన చదువుచున్న అధ్యాయమును మరల మొదటి నుంచి ప్రారంభించి చదువవలెను. పుస్తకమును చేతబట్టి కాక, వ్యాస పీఠమున నుంచి, పఠించుట శ్రేష్ఠము. మానసికంగా పారాయణము చేయరాదు. పైకి చదివిన యెడల, చదివే శ్లోకాల నుండి ఒక దివ్య శక్తి బయలుదేరి ఆ శబ్ద తరంగాలు పరిసరాలను పవిత్రం చేస్తాయి. పారాయణ ప్రదేశం నుండి వెలువడిన కాంతి పుంజాలు సాధకునికి ఆనంద తన్మయ త్వాన్ని కలిగిస్తాయి. దేవీ భక్తిని దృఢతరం చేస్తాయి.

సప్తశతిలోని మహామంత్రాలు :

సాధకులు తమ కోరిక ననుసరించి సప్తశతిలోని చరిత్రయందు గల ఒక్కొక్క మంత్రాన్ని జపము చేయవలసి వుంటుంది. ఆయా శ్లోకముల సంపుటితో సప్తశతి పారాయణం చేసిన ఆయా లాభములుకలుగును. ఆ శ్లోకములు ఈ క్రింద సాధకుల సౌకర్యార్థము ఇచ్చుట జరిగినది.

‘జయంతీ పుంగళికాళీ’ అను శ్లోక సంపుటితో సప్తశతీ పారాయణము

చేసిన మహామారి తొలగును. 'మఘకైటభ విద్రావే' అనే శ్లోకంతో పారాయణం చేస్తే రాజచోర భయనాశం కలుగుతుంది.

మఘకైటభనిర్వాణి-రిపుక్షయం
వందితాంఘ్రియుగళే-రాజసమ్మానము
రక్తదీజవచే-శత్రుగిరి నిహ్మలనం
అచింత్యరూపచరితే-రోగ నివారణం
నతేభ్యస్సర్వదాభక్త్యా-సర్వాపద నివారణం
స్తువాద్భక్తిపూర్వం-వ్యాధినాశం
చండికేసతతం-సర్వసౌఖ్యాగ్యసిద్ధి
దేవీభక్తజన-అనావృష్టి నివారణం
సురాసురశిరోరత్న-సర్వజ్ఞత్వం

ఇట్లా అనేక మంత్రాలూ అనేక ఫలాలు చెప్పబడ్డాయి. వీటిని తెలిసిన పెద్దల దగ్గరనుంచి గ్రహించటం ఉత్తమం. సప్తశతిని ఉపసర్గ శాంతికై మూడు సార్లు, గ్రహదోష నివారణకై ఏడుసార్లు, మహాదోష నివారణకై ఏడుసార్లు, సిద్ధసిద్ధికి నూరుసార్లు పారాయణము చేయవలె నని అభిజ్ఞల అభిప్రాయం.

సృష్టికి పూర్వం చేవి ఆత్మ (చైతన్య) రూపిణిమై ఉందని శాస్త్రాలు చెబుతున్నాయి. ఆ ఆత్మకు అనాది స్థిరమైన, అనిర్వచనీయమైన శక్తి ఉంది. దానికే మాయ అని పేరు. ఈ మాయ, బ్రహ్మ అభిన్నాలు. బ్రహ్మకంటే మాయా శక్తి వేరుగాదు. ఆ రెంటినీ మనం వేరు చేయలేం. చంద్రుడు- చంద్రిక, అగ్ని- దాహకశక్తి ఇట్లా ఆ మాయా- బ్రహ్మలు

అభిన్నాలు. సృష్టిని మాయ ఉపాదాన (సయవాయ) కారణం. మాయ
యందు ప్రతిఫలించిన బ్రహ్మ నిమిత్త కారణం. మాయకు తపమనీ, తమ
మనీ, జడమనీ, ప్రకృతిఅనీ, శక్తి అనీ, విమర్శ అనీ అవిద్య అనీ అనే
కులు అనేక రకాలుగా పిలుస్తున్నారు. మాయా సహిత బ్రహ్మను అవ్యా
కృతము, అవ్యక్తము, నూయాశబలము, సర్వకారణ కారణము, సచ్చిదా
నంద విగ్రహము. ఇట్లా అనేక విధాలుగా పిలుస్తారు. అదే చందీతత్వము.

పురుషుడు ప్రకృతియందు అంశ రూపమున ప్రవేశించి 'జీవు'డనే
పేరుతో పిలువబడుచున్నాడు. జీవుడు ప్రకృతికి వశుడై అహంకారాలతో
సన్వరూప జ్ఞానమును విస్మరించి, తన ఉపాధికి సంబంధించిన వాటి
యందు మోహపరవశు డవుతున్నాడు. చిదానందాలకు దూరమవుతున్నాడు.
కర్మవశమున జనన మరణ చక్రమున తగుల్కొని పరిభ్రమిస్తున్నాడు.
ఈ కష్ట దశను తప్పించుకొని మరల తన పూర్వ నిత్యానంద నిర్వికల్ప
స్థితి నెంచుటయే మోక్షము. ఆ ఉత్తమ పురుషార్థమును సిద్ధింపజేసుకొనుటకే
సాధకులకు కల్పవృక్షమై సప్తశతి అవతరించింది. ఈ సప్తశతి పారాయ
ణము వల్ల ప్రతి ఒక్కఁడు ఐహికాముష్మిక సుఖములను పొందగలడు.

ఉపవీతుడు కాని వానికి మంత్ర జప పూజార్చన లేదు, ఫీ-ధియంతే
(జ్ఞానవిజ్ఞానముల నిచ్చేది) క్ష-క్షయంతీ (పాపాదులను నాశనం చేసేది)
వీదో అది దీక్ష. సద్గురువుల వలన దీక్ష పొంది, సాధకుడు మంత్ర జప
పూజలతో సప్తశతి పారాయణము చేయుట ప్రశస్తము.

ఓం తత్సత్



సిద్ధ కుంజికా స్తోత్రమ్

శృణు దేవి ప్రవక్ష్యామి కుంజికా స్తోత్రము త్తమమ్,
యే న మంత్ర ప్రభావేన చండీజాపః శుభో భవేత్. న
కవచం నార్గళాస్తోత్రం కీలకం న రహస్యకమ్. న సూక్తం
నాపి ధ్యానం చ న్యాసో న చవార్చనమ్. కుంజికా పాఠ
మాత్రేణ దుర్గాపాఠ ఫలం లభేత్, అస్తి గుహ్యతరం దేవి
దేవానామపి దుర్లభమ్. గోపనీయం ప్రయత్నేన స్వయో
నిరివ పార్వతీ మారణం మోహనం వశ్యం స్తంభనోచ్ఛాట
నాదికమ్. పాఠమాత్రేణ సంసిద్ధ్యేత్ కుంజికా స్తోత్ర ముత్త
మమ్. అథమస్త్రీః ఓం విం హ్రింక్షీం చాముండాద్యైవిచ్ఛే
ఓం క్లాం హుంక్షీం జూం సః జ్వాలయ జ్వాలయ, జ్వాల
జ్వాల ప్రజ్వాల ప్రజ్వాల విం హ్రింక్షీం చాముండాద్యై
విచ్ఛే జ్వాల హం సం లం తుం ఫట్ స్వాహా.

నమస్తే రుద్ర రూపిణ్యై నమస్తే మధుమర్దిని నమః
కైటభ హరిణ్యై నమస్తే మహిష మర్దిని, నమస్తే శుంభ
హంత్ర్యై చ నిశుంభాసుర ఘాతినీ, జాగ్రతం హి మహా
దేవి జపం సిద్ధం కురుష్వమే, వింకారీ సృష్టిరూపాయై హ్రిం
కారీ ప్రతిపాలికా, క్లీంకారీ కామరూపిణ్యై బీజరూపే నమోఽ
స్తుతే, చాముండా చండఘాతీ చ ద్యౌకారీ వరదాయినీ, విచ్ఛే
చాభయదా నిత్యం నమస్తే మంత్రరూపినీ, ధాం ధీం

ధూర్జ టేః పత్నీ వాం వీం వృం వాగధీశ్వరీ క్రాం క్రిం క్రం
 కాలికాదేవి శాం శీం శూం మే శుభం కురు. హుం హుం
 హుంకార రూపిణ్యై జం జం జంభనాదినీ, భ్రాంభ్రీంభ్రూం
 భైరవీ భద్రదే భవాన్యంతే నమో నమః. అం కం చం టం
 తం పం యం సం వీం దుం ఐం వీం హం ఊం ధిజాగ్రజం
 ధి జాగ్రజం, త్రోటయ త్రోటయదీప్తం కురు కురు స్వాహా.
 పాం వీం పూం పార్వతీ పూర్ణా ఖాం ఖం ఖ్నం ఖేచరీ తథా.
 సాం సీం సూం సప్తశతీ దేవ్యా మంత్ర సిద్ధిం కురుష్వమే.
 ఇదంతం కుంజికా స్తోత్రం మంత్ర జాగర్తి హేతవే. అభక్తే
 నైవ దాతవ్యం గోపితం రక్ష పార్వతి. యస్తు కుంజికయా
 దేవి హనాం శప్తశతీం పఠేత్, స తస్య జాయతే సిద్ధి రరణ్యే
 రోదనం యథా. ఇతి శ్రీ రుద్రయామలే గౌరీ తంత్రే శివ
 పార్వతీ సంవాదే సిద్ధ కుంజికాస్తోత్రం సంపూర్ణమ్.

దుర్గాష్టోతర శతనామ స్తోత్రమ్

ఈశ్వర ఉవాచ : శతనామం ప్రవక్ష్యామి శృణు
 ష్టక మలాననే యస్య ప్రసాద మాత్రేణ దుర్గా ప్రీతా
 భవేత్ సతీ. 1. ఓం సతీ సాధ్వీ భవప్రీతా భవానీ భవ
 మోచనీ ఆర్యా దుర్గా జయా చాద్యా త్రినేత్రా శూల
 ధారిణీ. 2. పినాక ధారిణీ చిత్రా చండఘంటా మహాతపా
 మనోబుద్ధి రహంకారా చిత్త రూపా చిత్రా చితిః. 3. సర్వ
 మంత్రమయీ సత్తా సత్యానంద స్వరూపిణీ అనంతా భావినీ
 భావ్యా భవ్యాభవ్యా సదాగతిః. 4. శాంభవీ దేవమాతా
 చ చింతా రత్న ప్రియా సదా సర్వ విద్యా దక్షకన్యా దక్ష
 యజ్ఞ వినాశినీ. 5. అపర్ణానేకవర్ణా చ పాటలా పాటలా
 వతీ పట్టాంబర పరీధానా కలమంజీర రంజినీ. 6. అమేయ
 విక్రమాకృతా సుందరీ సుర సుందరీ వనమర్గా చ మాతంగీ,
 మతంగ ముని పూజితా, 7. బ్రాహ్మీ మహేశ్వరీ చైంద్రీ
 'మారీ వైష్ణవీ తథా చాముండా చైవ వారాహీ లక్ష్మీశ్చ
 గుహాకృతిః. 8. విమలోత్కర్షిణీ, జ్ఞానా క్రియా నిత్యా
 చ బుద్ధిదా, బహుళా బహుళ ప్రేమా సర్వవాహనవాహనా.
 9. నిశుంభ శుంభహననీ, మహీషాసుర మర్దనీ, మధుకై
 టభ హంత్రీ చ చండముండ వినాశినీ. 10. సర్వాసుర
 వినాశా చ సర్వ దానవ ఘాతినీ, సర్వశాస్త్రమయీ, సత్యా
 సర్వాస్త్ర ధారిణీ తథా. 11. అనేక శస్త్ర హస్తా చ అనే

కాశ్రుస్య ధారిణీ కుమారీ చైవ కన్యా చ కైశోరీ యువతీ
 యతిః. 12. అప్రపాధా చ వృద్ధమాతా బలప్రదా మహా-
 దరీ ముక్తకేశీ ఘోర రూపా మహాబలా. 13. అగ్నిజ్వాలా
 రాద్రముఖీ కాశరాత్రి స్తపస్వినీ నారాయణీ భద్రకాలీ
 విష్ణుమాయా జలోదరీ. 14. శివదూతీ కరాలీ చ అనంతా
 పరమేశ్వరీ క్యాతాయనీ చ సావిత్రి ప్రత్యక్షా బ్రహ్మ
 వాదినీ. 15. య ఇదం ప్రపతేన్నిత్యం దుర్గా నామ శతా
 ష్టకం నా సాధ్యం విద్యతే దేవి త్రిషులోకేషు పార్వతి.
 16. ధనం ధాన్యం సుతం జాయాం హయం హస్తిన మేవ చ
 చతుర్వర్గం తథా చాతే లభేన్ముక్తిం చ శాశ్వతీ. 17.
 కుమారీం పూజయిత్వా తు ధ్యాత్వా దేవీం సురేశ్వరీం
 పూజయేత్ పరయా భక్త్యా పతేన్నామ శతాష్టకం. 18.
 తస్య సిద్ధిర్భవేత్ దేవీ సర్వైః సురవరై రపి రాజానో దాస
 తాం యాంతి రాజ్య శ్రియ మవాప్నుయాత్. 19. గోరో
 చనా లక్తక కుంకుమేన సిందూర కర్పూర మధుత్రయేణా,
 విలిఖ్య యంత్రం విధినా విధిజ్ఞోభవేత్ సదా ధారయతే
 పురారిః. 20. భామావాస్యా నిశామధ్యే చంద్రే శతభి
 హంగతే విలిఖ్య ప్రపతేత్ స్తోత్రం స భవేత్ సంపదాం
 పదం. 21. ఇతి శ్రీ విశ్వసారతంత్రే దుర్గాష్టోత్తర శతనామ
 స్తోత్రం సమాప్తం.

అర్గలా స్తోత్రమ్

ఓం అస్య శ్రీ అర్గలా స్తోత్ర మంత్రస్య, విష్ణుః
 ఋషిః, అనుష్టుప్ ఛందః శ్రీ మహాలక్ష్మీదేవతా, శ్రీ జగ
 దంబా ప్రీతయే, సప్తశతీ పాఠాంగ త్వేన జపే వినియోగః.

ఓం నమశ్చణ్డికా పరాశక్త్యంబికాయై నమః.

మార్కండేయ ఉవాచ : ఓం జయ త్వం దేవి
 చాముణ్డే జయ భూతాపహరిణీ । జయ సర్వగతే దేవి కాళ
 రాత్రి నమోఽస్తుతే॥ జయస్తీ మజ్జళా కాళీ భద్రకాళీ
 కపాలినీ! దుర్గా శివా క్షమాధాత్రీ స్వాహా స్వధా నమోఽ
 స్తుతే॥ మధుకైటభ విధ్వంసి విధాతృవరదే నమః! రూపం
 దేహి జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి॥ మహిషా
 సుర నిర్నాశి భక్తానాం సుఖదే నమః! రూపం దేహి జయం
 దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ ధూమ్ర నేత్రవధే దేవి
 ధర్మ కామార్థ దాయినీ! రూపం దేహి జయం దేహి యశో
 దేహి ద్విషో జహి ॥ రక్తబీజవధే దేవి చణ్డముణ్డ వినాశినీ!
 రూపం దేహి జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి॥ నిశు
 మ్భశుమ్భ నిర్నాశి త్రైలోక్య శుభదే నమః! రూపం దేహి
 జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ వద్దికాష్ఠి
 యుగే దేవి సర్వ సాక్షాగృహాయినీ! రూపం దేహి జయం

దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ అచిన్త్య రూప చరితే
 సర్వ శత్రు వినాశిని । రూపం దేహి జయం దేహి యశో
 దేహి ద్విషో జహి ॥ సతేభ్యః సర్వనా భక్త్యా చాపణ్ణే
 దురితాపహే । రూపం దేహి జయం దేహి యశో దేహి
 ద్విషో జహి ॥ స్తువద్భ్యో భక్తి పూర్వం త్వాం చణ్డికే
 వ్యాధినాశిని । రూపం దేహి జయం దేహి యశో దేహి
 ద్విషో జహి ॥ చణ్డికే సతతం యుద్ధే జయన్తి పాపనాశిని ।
 రూపం దేహి జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥
 -దేహి సాభాగ్య మారోగ్యం దేహి దేవి పరం సుఖమ్ ।
 రూపం దేహి జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥
 విదేహి దేవి కల్యాణీం విదేహి విపులాం శ్రీయమ్ । రూపం
 దేహి జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ విధేహి
 ద్విషతాం నాశం విధేహి బలముచ్చక్షేః । రూపం దేహి
 జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ సురాసుర శిరో
 రత్న నిఘ్నప్త చరణేఽమృతే । రూపం దేహి జయం దేహి
 యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ విద్యావన్తం యశస్వన్తం
 లక్ష్మీవన్తశ్చ మాంకురు । రూపం దేహి జయం దేహి యశో
 దేహి ద్విషో జహి ॥ దేవి ప్రచణ్డా దోర్దణ్డా దైత్య దర్పని
 షూదిని । రూపం దేహి జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో
 జహి ॥ ప్రచణ్డా దైత్య దర్పఘ్నే చణ్డికే ప్రణతాయమే ।
 రూపం దేహి జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥

చతుర్భుజే చతుర్వక్త్ర సంస్తుతే పరమేశ్వరి । రూపం దేహి
 జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ కృష్ణేన సంస్తుతే
 దేవి శశ్వద్భక్త్యా సదామ్మికే । రూపం దేహి జయం దేహి
 యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ హిమాచల సుతా నాథ సం
 స్తుతే పరమేశ్వరి । రూపం దేహి జయం దేహి యశో దేహి
 ద్విషో జహి ॥ ఇంద్రాణీపతి సద్భావన పూజితే పరమేశ్వరి ।
 రూపం దేహి జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ దేవి
 భక్తజనోద్ధానుదత్తా నందోగమేమ్మికే । రూపం దేహి
 జయం దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ భార్యాం మనో
 రమాం దేహి మనోవృత్తాను సారిణీమ్ । రూపదేహి జయం
 దేహి యశో దేహి ద్విషో జహి ॥ తారిణి దుర్గ సంసార
 సాగరస్యాచలోద్భవే । రూపం దేహి జయం దేహి యశో
 దేహి ద్విషో జహి ॥ ఇదం స్తోత్రం పఠిత్వా తు మహా
 స్తోత్రం పఠేన్నరః సప్తశతీం సమారాధ్య పరమాప్నోతి
 దుర్లభం ॥

కీలితం. యో నిష్కేలాం విధాయైనాం చక్షేం జపతి నిత్యతః
 న సిద్ధః న గణః సోఽథ గన్ధర్వో కాయతే ధ్రువం. న
 చైవాపాటవం తస్య భయం క్వాపి న జాయతే, నాపమృత్యు
 వశం యాతి మృతే చ యోక్షమాపుయాత్. జ్ఞాత్వా
 ప్రారభ్య కుర్వీత హ్యకుర్వాణో వినశ్యతి, తతో జ్ఞాత్వైవ
 సమూర్ణమిదం ప్రారభ్య తే బుధైః సాభాగ్యాదిచయత్కిఞ్చి
 ద్దృశ్యతే లలనాజనే, తత్సర్వం తత్ప్రసాదేన
 తేనజవ్య మిదం శుభం. శనైస్తు జప్యమానేఽస్మిన్ స్తోత్రే
 సంస్తురుచ్ఛక్తైః భవత్యేవ సమగ్రాపి తతః ప్రారభ్యమేవ
 తత్. విశ్వర్యం తత్ప్రసాదేన సాభాగ్యారోగ్య మేవ చ
 శత్రుహానిః పరో మోక్ష స్తూయతే సా న కింజనైః. చణ్డి
 కాం హృదయేనాపి యః స్మరేత్ సతతం నరః హృద్యం
 కామమవాప్నోతి హృదిదేవీ సదా వసేత్. అగ్రతోఽముం
 మహాదేవకృతం కీలకవారణం, నిష్కలంచ కథా కృత్వా
 పఠితవ్యం సమాహితైః.

శ్రీ భగవతీ కీలక స్తోత్రం సమాప్తమ్.

1. కుండలినీ యోగ రహస్యం

1. ప్రస్తావన :

“పిండాండము బ్రహ్మాండము యొక్క సూక్ష్మరూప” మని విజ్ఞులు చెబుతారు. ఈ విశ్వంలో ఏ మహాశక్తి అణువులో నిక్షిప్తమై ఉన్నదో, ఆ మహాశక్తి కుండలినీ రూపంగా పిండాండములో ఉన్నదీ. శ్రీ చక్రం యంత్రదేహం. మంత్రం అక్షర దేహం. కాబట్టి యంత్రాన్ని, మంత్రాక్షరాలనూ దేహాంతరాళంలో భావన చేసి, దేహశక్తికి, దైవశక్తికి భేదం లేదని మనం గుర్తించాలని భావనోపనిషత్తు చెబుతున్నది. మన పూర్వజులు ఆరోగ్యమంటే కేవలదేహ సంబంధమైనరోగాలు లేకుండా ఉండటం కాదనీ, మానసిక రుగ్మతలు కూడా లేకుండా ఉండటమే ననీ చెప్పారు. అటువంటి సంపూర్ణమైన ఆరోగ్యాన్ని ఏ విధంగా మనం సాధించాలో శాస్త్రీయంగా వాళ్ళు ప్రవచించారు. అదే కుండలినీ విద్య. దైహిక! మానసిక జాత్యాలు లేని వాళ్ళే ఆత్మసాక్షాత్కారానికి అర్హులవుతారు. కుండలినీ విద్య శారీరక మానసిక శక్తులను ఏకోన్ముఖం చేస్తుంది. భౌతికవాదం ప్రబలిన రష్యావంటి దేశాల్లో కుండలినీ యోగాన్ని గురించి అనేక పరిశోధనలు చేసి పైంటిస్టులు కుండలినీ ప్రభావాన్ని దర్శించారు. వాళ్ళ పరిభాషలో కుండలినీ అంటే “అటానమస్ నెర్వస్ సిస్టం” యొక్క పరిధిని విస్తృత పరచటమే! తమ పరిశోధనా ఫలితాలతి వాళ్ళ ఈనాడు అనేక రోగాలను అత్యద్భుతంగా నిర్మూలించి రోగులకన్నత చేకూరుస్తున్నారు. కుండలినీశక్తికి కాణాచిహ్నం, యోగభూమిగా

ప్రసిద్ధికెక్కిన మన దేశంలో మనం “కుండలినీ” అనేది ఒకటున్నదన్న విషయాన్నే మరచిపోయి పెతలతో సతమతమైపోతున్నాం. ఇది విచారించదగిన విషయం.

2. “కుండలినీ” అంటే ఏమిటి ?

కుండలినీ శక్తి జ్ఞానస్వరూపిణీ, విమర్శరూపిణీమైన పరాశక్తి యొక్క అంశయేగాని వేరు గాదు. లలితాసహస్రనామాల్లో “మహాశక్తిః కుండలినీ చినతంతు తనీయసీ” (కుండలినీ శక్తి తామరతూడులోని దారంలాగా అతి సూక్ష్మరూపిణీ) అనీ, “మూలాధానైక నిలయా బ్రహ్మగ్రంథి విభేదినీ (మూలాధారంలో ఉన్న కుండలినీ శక్తి బ్రహ్మగ్రంథి భేదనం చేస్తుంది) అనీ చెప్పబడింది. కనీసం బ్రహ్మగ్రంథి భేదనమైనా జరగకపోతే జీవుడు పునర్జన్మనుంచి తప్పించుకోలేడు. చక్రభేదనం, గ్రంథి భేదనం ఈ కుండలినీ శక్తి చేస్తుంది. “సర్వేషాం యోగతంత్రాణాం తథాధారోహి కుండలీ.” కనుక ఏవిధంగానైనా సరే ! కుండలినీ శక్తిని మనం జాగృతం చేసుకోవటం ఎంతైనా అవసరం. రోజుకు ఒక గంట కొప్పన నలభైరోజులు మనం సాధన చేస్తే ఈ కుండలినీశక్తిని మనం స్వాధీనం చేసుకోవచ్చు. “కుండలీ కుటిలాకార సర్పవత్ పరిక్రిస్తా” అని నర్పంలాగా ఉంటుందని వర్ణించబడ్డ ఈ కుండలినీ శక్తిని ఎప్పుడుపడితే అప్పుడు తోకపట్టి మేల్కొల్పుటంతో ఆది సహస్రార పర్యంతం పైకి లేస్తుంది. “బ్రహ్మచర్యరత నైవ నిత్యం హిత మితాశనః మండలాద్యశక్తే సిద్ధిః కుండల్య భ్యానయోగినః” అని బ్రహ్మచర్య వ్రతదీక్ష పరుడై, నిత్యం హితమైన ఆహారాన్ని మితంగా భుజిస్తూ సాధన కొనసాగిస్తే నలభై రోజుల్లో ఈ కుండలినీ యోగసిద్ధి తప్పక లభిస్తుంది.

గృహస్థులు కూడా సాధన కాలంలో బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటిస్తూ సాధన చేసి ఈ స్థితిని పొందవచ్చు.

కుండలినీ జాగృతివల్ల లాభాలు :

కుండలినీ శక్తి జాగృతం చెయ్యడంవల్ల మొట్ట మొదట శరీరం లోని రోగా లన్నీ నశిస్తవి. ఆ తర్వాత మానసిక జాడ్యం పరిహరింప బడుతుంది. శక్తి ప్రసారం కావటం వల్ల దేహాయువత్తూ పరిశుద్ధ మౌతుంది. యథార్థజ్ఞానం కలుగుతుంది. మనస్సు స్థిరపడుతుంది. సంకల్ప సిద్ధి అవుతుంది. కుండలినీ శక్తి వశమైతే పంచభూతాలు కూడా ఆసాధ కుడికి వశమౌతవి. స్వేచ్ఛా మరణం సంభవిస్తుంది.

3. గుప్తగాయత్రి (యోగగాయత్రి) :

గాయత్రీ మహామంత్రం 1. గుప్తగాయత్రీ 2. ప్రకటగాయత్రీ అని రెండు రూపాలుగా ఉన్నది. గుప్తగాయత్రిని “పరాగాయత్రీ,” “పద్మగాయత్రీ” ఇత్యాదిగా వివిధనామాలతో పిలుస్తున్నారు. “ప్రకట గాయత్రీ” అంటే మనం మామూలుగా ఉపాసించే గాయత్రి అన్నమాట ! దాన్ని “కర్మ గాయత్రీ” అని కూడా పిలుస్తారు. మనం చేసే ప్రతి కర్మనూ గాయత్రీ మంత్రాన్ని జపించియే చేయాలి. యోగసిద్ధిని పొందా లంటే మంత్రం, మనం యోగగాయత్రీ మంత్రాన్ని జపించవలసి ఉంటుంది. ఆ మంత్రానుష్ఠానాన్ని బాగా గ్రహించి. అంతర్ముఖమైన మనస్సుతో ఛానిస్తే (ఈ మంత్రమే కాదు - ఏ మంత్రాన్నైనా మనం అంతర్ముఖాలమై ఛానించాలి) అది శీఘ్రఫలద మౌతుంది.

4. యోగ గాయత్రీమంత్రం (త్రిపద) :

ఓం: శ్రీం: హ్రీం: క్లీం: ఐం: సోః ఓం: హ్రీం: శ్రీం.

క, ఏ, ఈ: ల: హ్రీం: హ, న, క, హ: ల: హ్రీం: న, క: ల: హ్రీం.

సో: ఐం: క్లీం: హ్రీం: శ్రీం: ఓం, నమః.

5. కుండలినీ ధ్యానం :

“ఓర్తిష్ట హే జగన్మాతా ! సర్వమంగళదేవతే!

భక్తహృన్మంది రోపేతే ! సర్వసిద్ధిప్రదాన్వితే॥

ఐం నమః శ్రీమహాకాశ్మైమహాశక్తై నమో నమః

మూలధారస్థితామై శ్రీకుంజలీక క్తయే నమః॥

అరోహయ మహాకాళీ మమ మాత ర్మహేశ్వరీ

మూలాధారస్థితే చక్రే ఉపవిశ్య సుఖాననే॥

మయా దత్త మిమాం పూజాం గృహాం పరమేశ్వరీ

దుర్వాసన సమూహాంశ్చ భస్మీకురు కృపామతే ॥

సుషుమ్నానాడి మధ్యస్థే స్వాధిష్ఠానాఖ్యవారిజే

అసీనాభవ మే మాతా సర్వాలంకారశోభితే॥

త్వత్పాదాంభోరుహ ద్వంద్వేమేఽస్తు భక్తి రహైతుకం

దేహి మే దృఢపైరాగ్యం దేహ్యాద్వైతావలోకనం ॥

శనై శ్శనై రుచరి మే గత్వా మణిపూరకవారిజే

నాభిస్థాన పురం సంస్థం సుందరం సువిరాజితం ॥

తత్ర స్థిత్యా సుప్రసన్నా వరదాభవ శాంకరీ
 దూరీకురు ప్రమాదం చ శోక మోహభయాని చ॥
 అనాహతాబ్జ నిలయే యత్తిష్ఠిత్యా హరప్రియే
 చింది సర్వాంశ్చ హృద్గ్రంథిం కర్మబీజాని దాహయన్ ॥
 ఉమస్వ మాతర్ని మహాపచారాన్ కృతాన్ వాక్కరజైః సమస్తాన్
 కృపాకటాక్షణి ప్రసారయత్వా రక్షస్వ మాం త్వచ్ఛరణం ప్రసన్నం ॥
 కంఠదేశ విరజత్స్వా విశుద్ధాహ్వయ పంకజం
 ఉపగమ్య పరాదేవి దేహి పుత్రాయ సన్నిధిమ్ ॥
 ప్రదర్శయ స్వతేజో మే స్వప్రకాశ స్వరూపిణీమ్
 ప్రతిష్ఠాపయ మే వాచీ తవనామ నిరంతరం
 ఆజ్ఞాపత్రే వివరే కమలే ఆరూఢయ జగదంబ మదంబా
 ముక్తికవాటం దర్శయ పాలయమాం తవపుత్ర మజస్రం॥
 శుద్ధ సత్వాత్మికే దేవి బ్రహ్మ విద్యాస్వరూపిణీ
 ప్రవేశయ కృపాపూర్ణే సమ్యక్ భిక్ ఉర్ద్వకుండలీం॥
 సుషుమ్నాంత సహస్రారం నిరావరణ సంజ్ఞికం
 క్రోటిసూర్యప్రకాశం చ సహస్రదళ సంయుతం॥
 దహరాగ్రే పుండరీకే సుఖాసీనా భవేశ్వరీ
 ఐక్య మిచ్ఛా మితే చూతా భవత్పాదారవిందయోః
 సాయుజ్యం దేహ పుత్రాయ సాయాప్యతిష్ఠితాయ చ
 యస్మా త్కరుణయా దేవీ యావ న్మే దేహ సంస్థితా ।
 అహం బ్రహ్మేతి విజ్ఞాన మేస్తు నిర్వాణరూపిణీ

జ్ఞాత్వా తమే వాసి జ్ఞానం త్వ మేవా
 ద్రష్టా త్వమే వాసి దృశ్యం త్వ మేవా
 కర్తానుమంతా చ భోక్తా త్వ మేవా
 త్వమేవ నిర్గుణబ్రహ్మ త్వమేవ సగుణేశ్వరీ
 త్వమేవ విశ్వం భవనం త్వమేవాహ న సంశయః
 నాస్తి దేహో న సంసారీ న జీవో నాస్తి కర్మణః
 న కర్తాహం న భోక్తాహం న గతి ర్బంధ మోక్షయః
 అహమేవ పరంబ్రహ్మ అహ మేవాస్మి జగత్త్రయం
 ఆద్వితీయో హ్యనంతోహం సచ్చిదానంద మన్మథహం
 మంగళం శ్రీమహాకాళీ మహావాణీ చ మంగళం
 మంగళం శ్రీ సుహాలక్ష్మీ మంగళం శ్రీశివాత్మికే

6. కుండలినీ జపవిధి :

యోగ గాయత్రీ మంత్రంలోని దీక్షాక్షరాలు జపించేటప్పుడు మన
 మనస్సును మన దేహంలోని అయా చక్రస్థానము లందుంచి, నాభిని
 పొట్టలోకి లాగుతుండాలి. లేదా గుదస్థానమునైనా విగపట్టుతుండాలి.
 ఇట్లా మూడు పాదములలోని మంత్ర దీక్షాలను జపిస్తూ, ఒక గంట
 సాధన చేస్తే కుండలినీ జాగృతమౌతుంది. మంత్ర దీక్షాక్షరాలను మనస్సు
 లోనే మౌనంగా జపించాలి.

మొదటిపాదము—తోమ్మిది అక్షరములు—తోమ్మిదిసార్లు జపము.

1. శిరస్సు పైభాగమున (సహస్రారమున) మనస్సు ఉంచి ఓం
అనవలెను.

2. హృదయమందు (అనాహతమున) మనస్సు ఉంచి “శ్రీం” అనవలెను.
3. కంఠరూపమున (విశుద్ధమున) మనస్సు ఉంచి “హ్రీం” అనవలెను.
4. నాభికి నాలుగు అంగుళముల దిగువ (స్వాధిష్ఠానమున) మనస్సు ఉంచి “క్లీం” అనవలెను.
5. నాభిమందు (మణిపూరమున) మనస్సు ఉంచి “ఐం” అనవలెను.
6. పెన్నెముక క్రింది కొనమందు (మూలాధారమున) మనస్సు ఉంచి “ఘ్రీం” అనవలెను.
7. శిరస్సు పై భాగమున (నహస్రారమున) మనస్సు ఉంచి “ఘ్రిం” అనవలెను.
8. కంఠమున (విశుద్ధమున) మనస్సు ఉంచి “హ్రీం” అనవలెను.
9. హృదయమందు (అనాహతమున) మనస్సు ఉంచి “శ్రీం” అనవలెను.

రెండవ పాదము—15 అక్షరములు—9 సార్లు జపము.

1. హృదయమున (అనాహతమున) మనస్సు ఉంచి “క,ని,ఈ” అనవలెను.

2. నాభికి నాల్గు అంగుళముల దీగువ (స్వాధిష్ఠానమున) మనస్సు ఉంచి “ల” అనవలెను.
3. శిరస్సు పై భాగమున (నహస్రారమున) మనస్సు ఉంచి “ప్రీం” అనవలెను.
4. హృదయమున (అనాహతమున) మనస్సు ఉంచి “హ, స క, హ” అనవలెను.
5. నాభికి దీగువ (స్వాధిష్ఠానమున) మనస్సు ఉంచి “ల” అనవలెను.
6. శిరస్సు పై భాగమున (నహస్రారమున) మనస్సు ఉంచి “ప్రీం” అనవలెను.
7. హృదయమున (అనాహతమున) మనస్సు ఉంచి “స, క” అనవలెను.
8. నాభికి దీగువ (స్వాధిష్ఠానమున) మనస్సు ఉంచి “ల” అనవలెను.
9. శిరస్సు పై భాగమున (నహస్రారమున) మనస్సు ఉంచి “ప్రీం” అనవలెను.

3వ పాదము—8 అక్షరములు—6 సార్లు జపము

1. వెన్నెముక చివరికొనన (మూలాధారమున) మనస్సు ఉంచి “సోః” అనవలెను.
2. నాభియందు (మణిపూరమున) మనస్సు ఉంచి “ఐం” అనవలెను.

3. నాభికి దిగువ (స్వాధిష్ఠానమున) మనస్సు ఉంచి “క్లీం” అనవలెను.
4. కంఠమున (విశుద్ధమున) మనస్సు ఉంచి “హ్రీం” అనవలెను.
5. హృదయమున (అనాహతమున) మనస్సు ఉంచి “శ్రీం” అనవలెను.
6. శిరస్సుపైన (సహస్రారమున) మనస్సు ఉంచి “ఓం, నమః” అనవలెను.

ఇట్లు మూడుపాదములలోని దీక్షాక్షరములను క్రమముగా, మౌనముగా జపించిన ఒకసారి జపము చేసినట్లుగును. మరల మొదటి పాదములోని దీక్షాక్షరములతో జపము ప్రారంభించి, మూడుపాదములలోని దీక్షాక్షరములను జపించవలెను. ఇట్లు కనీసము 108 సార్లు ప్రతిదినము జపము చేయవలెను. ప్రారంభమున జపసంఖ్య రోజుకు కనీసము 11 పర్యాయములు చేయుచు, క్రమక్రమముగా జపసంఖ్య పెంచుచు ఒక గంట (లేదా 108 పర్యాయములు) జపముచేయు స్థితిని పొందవలెను.

7. సాధకులు పాటించవలసిన అంశములు :

సాధనచేయు కాలమందు శాఖాహారులై ఉండవలెను. సాధ్యమైన సంతవరకు వాక్ సంయమనము కలిగిఉండవలెను. ఉదేశము కలిగిఉండు పుస్తకములు చదువరాదు-సినిమాలు చూడరాదు. ఇతరులను విమర్శించరాదు-కఠినముగా మాట్లాడరాదు-త్రికరణకుద్ధి కలిగి ఉండవలెను. విధిగా బ్రహ్మచర్యము పాటించవలెను. సర్వభూతదయ, విశ్వప్రేమ కలిగి ఉండవలెను. సాధనచేయు ప్రదేశము ఏకాంతముగా నుండవలెను. మైత్తవి

అసనము నమర్చుకొనవలెను. అది మిక్కిలి ఎత్తుగా ఉండరాదు. జపము చేయు సమయమున పెన్నెముక వంగి ఉండరాదు. నిశారుగా తూర్పుండవలెను. కన్నులు మూసుకొని ఉండవలెను. ప్రారంభ సమయములలో వీణాక్షరములు జపించునప్పుడు వీ చక్రస్థానమున మనస్సుఁబడవలెనో తెలియదు గనుక పుస్తకము చూచి గుర్తు పట్టుకొనవలసి యుండును. కనుక మొదట పుస్తకము చూచి జపము చేయుచు క్రమముగా కన్నులు మూసుకొని జపముచేయు స్థితిని సాధించవలెను. జపసమయమున నాభిని పొట్టలోనికి లాగుచుండవలెను. లేదా గుదమును వీగపట్టి ఎగ లాగుచుండవలెను. ఇట్లు చేయుచుండిన క్రమముగా కుండలిని జాగృతము కాగలదు. భోజనము చేసిన వెంటనే సాధన చేయరాదు. భోజనము చేసిన తర్వాత కనీసము 4 గంటలైనను విరామ ముండవలెను. ప్రాతఃకాలము లేదా అర్ధరాత్రి జపమునకు మంచిది.

8. వినాయకుడు-కుండలిని :

వీ కార్యాన్ని మనం చెయ్యాలనుకొన్నా ఓం స్రవమం విఘ్నే శ్వరహృజ చేయటం ఒక ఆచారంగా మనకు వస్తున్నది. అనవాయితీ ప్రకారం చెయ్యటమేగాని ఈ ఆచారం ఎందుకు వచ్చిందో చాలామందికి తెలియదు. వీ కార్యాన్ని సాధించటానికై నా మనకు శక్తి కావాలి. ఒక్క శక్తి ఉండగానే సరిపోదు. బుద్ధిహీనా సక్రమంగా పనిచెయ్యాలి. అప్పుడు గాని కార్యం సిద్ధించదు. మనకు కావలసిన శక్తిని, స్థిరమైన బుద్ధిని కుండలిని ప్రసాదిస్తుంది. ఆ శక్తిని పొందటం కోసమే మనం విఘ్నే శ్వర హృజ చేస్తున్నాం. ఆ స్వామికి బుద్ధిసిద్ధులు భార్యలని చెప్పటంలోని అంతరార్థం ఇదే! మూలాధార చక్రంలో విచారకు డుంబాడని చెప్పటానికి కారణం కూడా ఇదే!

మానవుడి శిరస్సునూ, పెన్నెముకనూ, శరీరం యొక్క పెనుకాగంనుండి చూస్తే అది ఏనుగుతల, తొండమువలె ఉన్నట్లు కనిపిస్తుంది. తొండము చివరే మూలాధారము. తొండము విఘ్నేశ్వర శక్తికి హృదయము. మానవుని పెన్నెముక చివర ఉన్న మూలాధారమందలి కుండలినీ శక్తియే యోగశక్తి. ఆ శక్తిని మనం సిద్ధింపజేసుకోవాలని సూచించడానికి ఈ విఘ్నేశ్వరపూజ ఒక సంప్రదాయంగా వెలిసింది.

కుండలినీ ఆకారం సర్పంగా ఉండటం, ఆ శక్తి సుబ్రహ్మణ్య స్వామి (కుమారస్వామి) అని మనకు వ్యక్తంజేస్తుంది. “శక్తిధరు”డనే ఆయనకు గల నామాంతరం ఈ విషయాన్ని మరింత బలపరుస్తుంది. కుండలినీశక్తి షట్పుత్రాలద్వారా పయనిస్తూ-ఆయా స్థానాల్లో అమృతపానం చేస్తున్న కారణంచేత సుబ్రహ్మణ్యస్వామికి “షడ్మాతురు” డని పేరు వచ్చింది. కుండలినీ శక్తికి స్థానమైన మూలాధారం, పరాశక్తి కుమారులైన గణపతి, షణ్ముఖు లిద్దరికీ మూలస్థానం కావటం మనం గమనించవలసిన విషయం.

9. రామాయణం - కుండలినీ :

రామాయణ కావ్యాన్ని జాగ్రత్తగా పరిశీలిస్తే అది ఒక కుండలినీ యోగశాస్త్ర గ్రంథంగా మనకు గోచరిస్తుంది. రాముడికి కలిగిన సీతా వియోగం-పరమాత్మ అంశమైన జీవాత్మకు కలిగిన కుండలినీశక్తి వియోగమే! ఆంజనేయుడు రాముడు పంపగా సీతాదేవిని అన్వేషిస్తూ పోయి, చివరకు లంకలో సీతాదేవిని కనుగొంటాడు. “కుండలినీ యోగసిద్ధి పొందిన వాని అనుగ్రహంవల్ల సాధకుడు కార్యసిద్ధిని పొందుతా”డనే విషయాన్ని ఇది వెల్లడిస్తుంది. రామరావణ సంగ్రామం-ఆత్మ, అనాత్మల ఛిదార్థమే గాని వేరు గాదు. సీతాదేవి అగ్నిప్రవేశం చేసి, శ్రీరాముణ్ణి

తిరిగి పొందటం, యోగసాధకునిచే పొందబడిన కుండలినీశక్తి, స్వాధిష్ఠాన మున గల అగ్నిచే సంతృప్తమై ఆ పిదప సహస్రారములోనున్న కేవల త్మకు కలుస్తుందన్న విషయాన్ని వెల్లడిస్తుంది. సీతారాముల పట్టాభిషేకం-సాధకుడు యోగశక్తిని సహస్రారమున నిలబెట్టుకోవటాన్ని సూచిస్తుంది. నిద్రావస్థలోనున్న కుండలినీశక్తియే శ్రీరాముణ్ణి విడిచిన సీత. రావణాసురుడు అహంకారానికి, అజ్ఞానానికి చిహ్నం. జనకమహారాజు గొప్పజ్ఞాని. ఆయన యోగమనే భూమిని (యోగభూమిని) దున్నుతుంటే ఆ సాధనలో మహాలక్ష్మి స్వరూపిణియైన సీత లభించింది. ఆమెను ఆయన శ్రీరాముడికి సమర్పిస్తాడు. సీత రాముణ్ణి వరిస్తుంది. ఈ విధంగానే కుండలినీ యోగికి యోగశక్తియైన కుండలినీ అతని సాధనలో లభిస్తుంది. దాన్ని ఆ సాధకుడు సహస్రారంలోని కేవలత్మకు సమర్పించుకుంటాడు. సీతారాములకు చివరికి అయోధ్యారాజ్యము లభించినట్లే కుండలినీయోగికి మహాశక్తులూ, మహాసిద్ధులూ లభిస్తాయి. శ్రీ సీతారాములు తమ అవతారాలు చాలించి వైకుంఠాన్ని చేరుకున్నట్లే, కుండలినీయోగికూడా పరమబ్రహ్మ స్వరూపుడై మోక్షసామ్రాజ్యాధిపతి బౌతాడు. ఇట్లా రామాయణం చూవత్తూ కుండలినీ యోగశాస్త్రంగా మనకు దర్శనమిస్తుంది.

తుదిపలుకు :

దీక్షాక్షరజపం చేసేటప్పుడు కుండలినీకి కదలిక కలిగి కొన్ని స్పర్శలు కలుగుతున్న అనుభవాలు (చీమలు ప్రాకుతున్నట్లూ, గిరిగింతలు పెడుతున్నట్లూ, యుల్లమని చొళ్ళు జలదరించినట్లూ, తలపై బరువు పెట్టినట్లూ ఇత్యాది) స్ఫురించినప్పుడు “సోః, ఐం, క్లీం, హ్రీం, శ్రీం” అనే మంత్రాన్ని కొంతసేపు సాధకుడు మౌనంగా జపిస్తూ, తన మనస్సును ఆయా చక్రస్థానాల్లో నిలుపుతూ ఉంటే, కుండలినీ త్వరగా మేలు

కొంటుంది. జపం చేస్తున్నప్పుడు శిరస్సు పైభాగమున పెద్దబరువు పెట్టి నట్లు అనిపించేవరకూ ప్రతిరోజూ జపం చెయ్యాలి! జపం చాలించి, ఒక సారి తలను అటూఇటూ కదిలిస్తే, శిరోభారం మొత్తం చేత్తో తీసివేసినట్లు మాయమై పోతుంది. కుండలినీశ క్తి మళ్ళీ తన స్వస్థానమైన మూలాధారానికి చేరుకొంటుంది. శిరస్సుకు చేరిన కుండలిని స్వస్థానమునకు చేరటం తోనే శరీరంలోని నాడు లన్నీ శుద్ధి ఔతవి. మనస్సు ప్రశాంతమౌతుంది. కుండలినీశ క్తి శిరస్సున చేరి ఉన్న సమయంలో సాధకుడికి కొన్ని అద్భుత శక్తులు కలుగుతవి.

“ఉద్బాటయే కవాటం తు యథా కుంభిక యా హతాత్
కుండలిన్యా తథా యోగి మోక్షద్వారం విభేదయేత్”

గొడ్డళ్ళతో పగులగొట్టాలని ఎంత ప్రయత్నించినప్పటికీ పగులని తాళాన్ని, తాళంచెవితో సునాయాసంగా తెరువగలిగినట్లు, అత్యంత దుర్లభమైన మోక్షద్వారాన్ని కుండలినీశ క్తిని జాగృతంచేయగల యోగి సునాయాసంగా తెరచి మోక్షాన్ని చూరగొంటాడు.

మన ప్రాచీన ఋషులు ఈ కుండలినీశ క్తిని పుష్కలంగా పొంది ఉండటంచేతనే ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదాతలుగా వాసి గాంచారనీ, మనదేశం వాళ్ళమూలంగానే యోగభూమిగా ప్రసిద్ధిపహించిందనీ గ్రహించి, ఆ మహర్షుల సంతతికి చెందిన మనంగూడా ఆ సంప్రదాయం వదిలిపెట్టక సాధనచేసి-శ క్తివంతులమై, సర్వబాధలనుంచి విముక్తిపొంది, లోకంలో సుస్థిరశాంతికి పునాదులు వేయాలి! విశ్వకళ్యాణానికి పూలబాటలు పరచాలి! ఆ సమయం చేరువలోనే ఉందని ఆశిద్దాం!

సర్వేజనాః సుఖినో భవంతు

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః.

శ్రీ చండికా ధ్యానము

ఓం బహుశ కుసుమాభాసాం పంచ ఘృణ్ణాధివాసినీమ్
 స్ఫురచ్ఛస్రకలా రత్న మకుటాం ముణ్ణమానినీమ్॥
 త్రినేత్రాం రక్తవసనాం పీనోన్నత ఘట స్తనీమ్
 పుస్తకం చాక్షమాలాం చ వరం చాభయకరం క్రమాత్
 దధతీం సంస్మరేన్నిత్య ముత్తరామ్నాయ మానితామ్॥

యా చణ్డి మధుకైటభాదిదలనీ, యా మాహిషోన్మూలిని
 యా ధూమ్రేక్షణ చణ్ణముండ మథనీ యా రక్తవీజాశనీ
 శక్తిః శుంభనిశుంభ దైత్య దమనీ యా సిద్ధి దాత్రీ పరా
 సా దేవీ నవకోటిమూర్తి సహితా మాం పాతు విశ్వేశ్వరీ॥



ಶ್ರೀಶ್ರೀಶ್ರೀ ವಿಶ್ವಯೋಗ ವಿಶ್ವಂಜ